

Ақтөбе қаласының білім бөлімі
«№24 «Аққу» мектепке дейінгі ұйымы» МКҚК

«Бекітілді»
«№24 «Аққу» МДҰ» МКҚК
меңгерушісі: Садыкова А.К.
« 27 » 08 2020 ж.



Перспективалық жоспар

Білім беру саласы: «Денсаулық»
Бөлімі: Дене шынықтыру
Ересек топ

2020-2021 оқу жылы

Дене шынықтыру жетекшісінің ересек топтарға арналған перспективалық жоспары
Білім беру саласы: Денсаулық
Бөлімі: Дене шынықтыру

№	Айы	Өтпелі тақырып	Мазмұны	Әдіс-тәсілдері	Қимылды ойын
1	Қыркүйек	Балабақша	Тұрақты тепе-теңдікті сақтау, гимнастикалық орындықпен жүруде омыртқа жотасын дұрыс қалыптастыру. Екі адымдай ара қашықтықта қойылған текшелерден аттап, гимнастикалық орындықпен жүруге үйрету. Допты лақтыруда секіруге үйрету. Спорт залында дене шынықтырумен айналысуға ынтасын оятып, тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық орындық, текшелер, құрсаулар 8-10 дана, доптар.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - омыртқа жотасын сақтай отырып, гимнастикалық орындықпен жүру; - текшелерден аттап, гимнастикалық орындықпен жүру; - құрсаудан құрсауға секіру; - жұптасып тұрып, бір-біріне допты лақтыру, 3. Қимылды ойын: №1 «Аттар»	Қимылды ойын: №1 «Аттар» Мақсаты: Балалар аттарды бейнелейді. Аланның бір шетіне шығып мынадай өлен шумағын айтады. Топ-топ түсіп төрт тұяқ Шоқырақтап шап атып, Құйрық-жалын сусылдап, Үш оғындай садақтың. Өзен шешіп тау асып, Шабысынаң таңба сен. Соңғы сөзді айта бергенде, балалар алға қарай ұмтыла секіреді. Нұсқаушының үйге деген белгісі бойынша, жай ғана орындарына оралады. Нұсқаушы өленді қайталайды.
2			Балаларды сапқа тұруға, жетекшіге бұрылуға үйрету. Қолына көкөніс салынған себетті ұстап, гимнастикалық орындықпен жүруге үйрету. Екі аяқпен құрсаудан құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру. Қазақтың ұлттық ойындарын құрметтеуге тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық орындық, құрсаулар, бау	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - қолына көкөніс салынған себетті ұстап, гимнастикалық орындықпен жүруге үйрету; - екі аяқпен құрсаудан құрсауға секіру; 3. Қимылды ойын: №2 «Төбеде доп қуу»	Қимылды ойын: №2 «Төбеде доп қуу» Мақсаты: Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Әр топтың ойыншылары бірінің артына екеуден сапқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдында болады. Команда бірінен бірі 3-4 метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады да, оны екі қолымен төбелеріне көтереді. Жетекшінің «Бастандар» деген командасы бойынша олар допты басынан асыра артындағы ойыншыға, осы әдіспен келесі ойыншыға береді. Ойын одан әрі қарай жүгіреді, сөйтіп өз тобының алдына келіп тұрады. Доп тағы да колонаның соңына кетеді. Ол топ капитандарының қолына екінші рет қайта тигейінше ойын осылай айнала береді. Капитан өз орнына келіп, бірінші болып, допты жоғары көтергенде команда ұтып шығады.

3		Жол жүру ережелерімен танысу арқылы дене шынықтыру жаттығуларына қызығушылықтарын қалыптастыру; -балаларды негізгі жол жүру ережелерімен таныстыру - жаяу жүргінші жолақшасы, бағдаршам; -балалардың логикалық ойлауын, қиялын, тапқырлығын дамыту; -гимнастикалық бөренемен жүре білу дағдыларын қалыптастыру; - допты бір-біріне лақтырып және қағып алуға жаттықтыру; -назар аудара білуге , есте сақтай білуге және қимылды үйлестіре білуге дамыту. Спортпен айналысуға тәрбиелеу. Құралдар:Бағдаршам макеті , гимнастикалық бөрене, доптар, кеглилер	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: -гимнастикалық бөренемен жүру; -допты екі қолымен лақтырып, қағып алу; 3. Қимылды ойын: №3 «Тақия тастамақ»	Қимылды ойын:№3 «Тақия тастамақ» Мақсаты:Ойыншылар айнала шеңбер болып тұрады. Жүргізуші барлық ойыншыларды айналып өтіп, білдіртпей бір ойыншының артына тақияны тастап кетеді. Егер ойыншы бірден оны байқамаса, онда ол жүргізуші болады. Тақияны тапқан ойыншы жүргізушіні қуып жетіп, оған тақияны кигізу керек.
4		Балаларға допты лақтырып, қағып алуға үйрету. Екі аяқпен секіру қабілеттерін жетілдіру. Балаларды биіктікке секірумен, көлбеу қойылған баспалдақпен қадамды үйлестіре отырып өрмелеумен таныстыру. Қимылды ойын барысында ептілік пен шапшаңдылықтарын дамыту. Белсенді демалуға әдеттенуге, қозғалуға, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. КЕРЕКТІ ҚҰРАЛДАР: Доптар, көлбеу қойылған баспалдақтар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты лақтырып, қағып алуға үйрету; - биіктікке секіру; - қадамды үйлестіре отырып көлбеу қойылған баспалдақпен өрмелеу. 3. Қимылды ойын: №4 «Адымдап жүр»	Қимылды ойын: №4 «Адымдап жүр» Мақсаты:Алаңда 2-3 қатар шығыршықты 60см жалпақ фанера қойылады. Әр қатарда 5-6 шығыршықтан. Белгі бойынша 2-3 бала шығыршықтан –шығыршыққа адымдап жүреді. Соңғы шығыршықта секіріп, алақан соғып орнына қайта оралады. Шығыршықтан шықпай, шығыршықтың шетіне тимей, баспай аралық адыммен жүру.

5			Балаларды заттрдың арасымен жүру мен жүгіруге , белгі бойынша шашырап жүгіруге жаттықтыру. Секіру кезінде жаттығулар орындау біліктерін бекіту. Доппен ойын өткізе білуді қалыптастыру. Қайырымдылыққа, бір-бірін сыйлауға тәрбиелеу. КЕРЕКТІ ҚҰРАЛДАР: Кегли, доптар, құрсаулар 10-12 дана.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - заттар арасымен жүру және жүгіру(кеглилер арасымен); -құрсаудан құрсауға екі аяқпен секіру; -допты екі қолымен алып жүру; 3. Қимылды ойын: №5 «Кегли»	Қимылды ойын: №5 «Кегли» Мақсаты:Ойында түрлі-түсті кеглилер орнатылады. Оларды бір-бірінен 10-15 см қашықтықта орналастырады. Балалар 1-1,5 м жерден бір-бір доптан домалатады. Нұсқаушы балалардың қайсысының кеглиге тигізгенін белгілеп тұрады. Жеңілгеніне онша назар аудармай, тигізе алмағандарға көмектеседі.
6			Балаларды ЖДЖ-дың жаңа кешенімен таныстыру. Допты жоғары лақтыруға, қабырғаға лақтыруға және қағып алуға үйрету. Допты бір-біріне лақтыра білуге қалыптастыру. Гимнастикалық орындықпен еңбектеуде тепе-теңдік сақтауды жетілдіру. Бір-бірін құрметтей білуге тәрбиелеу. Құралдар : Доптар, гимнастикалық орындық, балапанның маскасы	1. ЖДЖ№ 1 2. НҚҚ: -допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу; -допты жоғары лақтыру, қабырғаға лақтыру және қағып алу; -гимнастикалық орындықпен еңбектеу; 3. Қимылды ойын: №6 «Балапандар»	Қимылды ойын: №6 «Балапандар» Мақсаты: Ойыншылар үш топқа бөлінеді. Әр бәр топта отырған тауық және балапандары бар. Таңдап алынған үш лашын құстар балапандарға алақандармен тигізу қажет, содан кейін ойыннан құып шығылады. Отырған тауық өз балапандарын қорғайды. Шабуыл кезінде балапандарын қорғаған тауықтың қолы лашынға тисе ол ойыннан шығып қалады. Ойын жалғасады.

№	Айы	Өтпелі тақырып	Мазмұны	Әдіс-тәсілдері	Қимылды ойын
7			Балаларды 1 мин тоқтамай жүтіруге үйрету. Секіруге және доппен ойын жаттығуларын орындай білуге жаттықтыру. Төзімділіктерін, суыққа төзімділіктерін дамыту. Балаларды белсенді демалысқа әдеттеу. Кұралдар:Доптар, жалаушалар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - екі аяқтың ортасына допты қыстырып алып секіру ; - допты еденнен екі қолмен алу ; - допты қабырғадан екі қолмен қағып алу . 3. Қимылды ойын: №7 Өз жұбынды тап	Қимылды ойын:№7Өз жұбынды тап Мақсаты: Балалар үш-төрт жалауша алады бірі жасыл,екіншісі көк,үшіншісі сары, 4-5адамнан бөлменің бұрыштарында топтасады.Әр түрлі жалаушалар (жасыл,көк,сары) қояды. «Өз жұбынды тап»,деген жаңа сигнал бойынша балалар өздіріне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіреді.
8			Қозғалыс тәжірибесін жинақтау және байыту: Жүру және жүтіру кезінде ара қашықтықты сақтауға; жаттығулардың барлық түрлерін белсенді түрде орындауға үйрету. Балалардың физикалық қасиеттерін дамыту: жалпы шыдамдылық, жылдамдық, күш, үйлестіруін дамыту. Қозғалыс белсенділігінде саналы қажеттілікті қалыптастыру. Кұралдар: Доптар, ысқырық, жалаушалар	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ: - әр қадамнан кейін аяқты жерге тигізіп, гимнастикалық орындықпен жүру; - 360⁰бұрылып, гимнастикалық орындықпен жүру; - ирелең немесе «жыланша» жолмен қойылған заттар арасымен жүтіру; 3. Қимылды ойын: №8 «Допты домалат»	Қимылды ойын: №8Допты домалат Мақсаты:Балаларға әр түрлі-түсті доптір немесе онша үлкен емес шағын ғана диаметрі6-8 см шарлар беріледі де, оларды балалардан онша қашық емес жерге орналастырылған жалаушаға линияға дейін домалатып, жеткізген балаларды атап өтеді. Тапсырманы дұрыс орындағаны үшін алғыс айтады. Допты тағыда домалатуға мүмкіндік береді. Балалар допты бірнеше рет домалатқаннан кейін тәрбиеші оларды кәрзенкеге жинауды ұсынады.

9		Сапта тоқтамастан бір-бірлеп жүгіруге үйрету. Балаларға допты бір-біріне лақтыруға үйретуді жалғастыру, балалардың ерік қасиеттерін, секіруін дамыту. Жеңіске жетуге итермелеу. Кұралдар: Доптар, кәрзеңке т.б.	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ: -допты бір-біріне жұптаса лақтыру; -бір орында тұрып ұзындыққа секіру; - жүгіріп келіп ұзындыққа секіру прыжки; 3. Қимылды ойын: №9 Допты қуып жет	Қимылды ойын:№9 Допты қуып жет Мақсаты:Нұсқаушы балаларға доп салынған кәрзенкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзенкеден доптарды алып, балалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып, кәрзеңкеге салады. Ойын қайталанады.
10		Балаларды гимнастикалық орындықта бүйірімен қосымша қадам жасай жүруге үйрету. Допты кеудеден қос қолмен лақтыру арқылы бау немесе жіптен екі аяқпен секіруге жаттықтыру. Ерлік қасиеттерін, жауапкершіліктерін және қиын жағдайдан шыға білу қабілеттерін дамыту. Бір-біріне деген сыйластықпен қарауға тәрбиелеу. Кұралдар:Гимнастикалық орындық, баулар,жіптер, доптар5-7 дана	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: -гимнастикалық орындықта бүйірімен қосымша қадам жасайжүру; -керілген жіптен екі аяқпен секіру; -екі қолмен допты себетке лақтыру; 3.Қимылды ойын: №10 «Қасқыр мен қояндар»	Қимылды ойын: №10 «Қасқыр мен қояндар» Мақсаты: Қасқырды тандап алады, қалған қатысушылар қояндар болады. Нұсқаушының дабылы бойынша қояндар секіреді,екінші дабыл кезінде қозғалмай қатып қалады да ағаш қалпын бейнелейді. Осы кезде қасқыр айналып жүріп, қозғалып тұрған адамды іздейді. Ұсталынған адам қасыр болады.

11	Қазан	Қош келдің, Алтын күз!	Гимнастикалық орындық үстімен бір жанымен адымдап жүру. Қос аяқпен жіптің үстімен жүру, допты екі қолмен кеуде тұсынан асыра лақтыруға дамыту. Балаларды ұйымшылдыққа, бір-бірімен достық қарым-қатынаста болуға, жақсы нәтиже көрсетуге табандылыққа жетелеу. Құралдар: Гимнастикалық орындық, доп, жіп, себет.	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ -гимнастикалық орындық үстімен бір жанымен адымдап жүру; -қос аяқпен жіптің үстімен жүру; -екі қолмен допты себетке лақтыру, 3. Қимылды ойын: №11 Бәйге	Қимылды ойын: №11 Бәйге Мақсаты: Ойыншылар жұптасып бір-біріне кедергі жасамайтындай орналасып, мәре сызығына тұрады. Бірінші ойыншы ат қолын артқа қарай созып, ал екінші ойыншы атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі ілулі тұрған оюлы орамалды секіріп алуы керек.
----	-------	------------------------	---	--	---

12		Балаларға тізені жоғары көтеріп жүруге үйрету. 1,5 мин демалыссыз жүгіруге жаттықтыру. Допты оң және сол аяқпен айналдыру, оң және сол қолмен дағдыларын дамыту. Секіру шеберлігін қалыптастыру. Бір-бірімен жақсы қарым-қатынаста болуға, басқалардың қуанышымен бөлісуге, жақсы көңіл күйді сезінуге тәрбиелеу. Құралдар: Доп, Мысық пен Күшік маскасы	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ - допты оң және сол аяқпен айналдыру; - бір орынныңда секіру; -, оң және сол қолмен домалату; 3. Қимылды ойын: №12 Мысықтар мен Күшіктер	Қимылды ойын: №12 Мысықтар мен Күшіктер Мақсаты: Ойыншылықты екі топқа бөледі. Бір топ күшіктер, екінші топ мысықтар болады. Мысықтар гимнастикалық қабырғаның жанында болады, ал күшіктер қарсы жақта болады. Нұсқаушы балаларға мысық сияқты жеңіл жүріп, жүгіруді ұсынады. Күшіктер деген кезде күшік болған балалар төрт аяқтап үріп мысықтарды қуа жөнеледі. Мысықтар мияулап жылдам гимнастикалық қабырғаға шығады. Күшіктер өз орындарына қайтып келеді. Ойын 2-3 рет қайталанады.
----	--	---	--	---

13		Балаларды таза ауада әртүрлі деңгейдегі жаттығу арқылы психофизикалық жүктемесін қалпына келтіруді қамтамасыз ету. Спорттық дағдыларды ойын түрінде орындауды бекіту, негізгі циклдік жаттығулар (жүгіру, жүру, бір опыннан секіру, алға ұмтыла қос аяқпен секіру, дәлдеп лақтыру, сапқа тұру және қайта сапқа тұру, шеңбер құру) Эстафета ойындары арқылы қимыл-қозғалысқа үйрету, өз іс қимылдарын басқаруға (мен қалай орындаймын). Өрт қызметі керек мамандық екенін балаларға түсіндіру. Балаларды жарыс кезінде өз қарсыластарына сыйластықпен қарап, жолдастыққа, тәртіпті болуға тәрбиелеу. Балаларға өмірге деген жақсы көңіл-күймен, сүйіспеншілікпен қарауға, көз-қарасын дұрыс жолға бағыттау. Құралдар: Кегли, күрсау, канат 2шт	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ - эстафета: «Іліп кетпй жүгіріп өт» - эстафета: «Өткелден өту» - эстафета: «Мен жас өрт сөндіруші» 3. Қимылды ойын: №13 Допқа тигіз	Қимылды ойын: №13 Допқа тигіз Мақсаты: Балалар екі топқа бөлінеді. Бірінші команда сызық бойына сапқа тұрады. Бір-біріне арқасымен екі қадам арақашықтықта тұрады. Екінші команда да солай, біріншіге параллель орналасады. Ойынға ойыншылар санына қарай доп қажет. Бір команда ойыншыларының міндеті-допты кезектесіп өз доптарымен белгіленген мақсатқа тигізу керек. Сосын керісінше жасалады.
----	--	--	---	--

14		Гимнастикалық орындық үстінен тізені жартылай бүгіп секіруге үйрету. Допты лақтыруға жаттықтыру, кедергінің арсынан төрт тағандап еңбектеуге, спортқа деген қызығушылығын артыру. ҚҰРАЛДАР: Гимнастикалық орындық, 5-7 доп, тартырғалған жіп, бума, ойынға арналған лента.	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ - Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, дұрыс секіру әдісін үйрету. - Сеткаға қарай допты лақтыруға жаттықтыру кедергінің арсынан төрт тағандап еңбектеуге спортпен айналысуға үйрету. 3. Қимылды ойын: №14 Аяғынды сулап алма	Қимылды ойын: №14 Аяғынды сулап алма Мақсаты: Балалар сапқа тұрғызылады. Екі жіп қойылады - ол өзен. Ортасына тақтай қойылады - ол көпір. Балалар бір-бірден шапшаңырақ көпірден өту керек.
----	--	---	---	---

15		Балаларды аяқтың ұшымен жүруді, өкшемен жүруге, жүгіру 1,5 минутқа жаттықтыру. Доппен ойын жаттығуын жасату арқылы дамыту. Ойын жаттығулары арқылы, жүгіру, секіру дағдыларын жақсарту. Бір-біріне сүйіспеншілікпен көмектесуге тәрбиелеу.	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ - Допты оңға, сол аяқпен домалатуға; - Бір орыннан секіруге; - Оң қолдан сол қолға допты ауыстыруға; 3. Қимылды ойын: №15 Шаңырақ	Қимылды ойын: №15 Шаңырақ Мақсаты: Балалардың санына байланысты 2 немесе 3 командаға бөлінеді. Әр командаға шаңырақ секілді дөңгелек беріледі. Балалар алаңда шашырап ойнап жүреді. Тәрбиешінің сигналы бойынша шаңырақты жылдам жоғары көтеруі тиіс. Қай команда бірінші көтерсе сол команда жеңіске жетеді.
----	--	---	---	---

16		Сабақ қозғалыс ойындарына дайындалған эстофеталық жарыстар. Балаларды 2м ,3м қашықтыққа оң және сол қолдарымен доп лақтыруға үйрету. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуды жетілдіру балалардың кірпіште жүруін қадағалау құрсаудан –құрсауға (обруч) секіру орындық арқылы жаттықтыру .Орман аңдарына жақсы қарым-қатынас жасауға тәрбиелеу . Құрал жабдықтар: Гимнастикалық орындық, доп,шығыршық	1.ЖДЖ № 1 2.НҚҚ -2-3 м допты оң және сол қолмен горизонталды бетте лақтыру (сермеу) -Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуды жетілдіру; -кірпішпен жүру: 3.Қимылды ойын: №16 Ағаш үй құру	Қимылды ойын: №16 Ағаш үй құру Мақсаты:Төрт орындықты қояды. Әр бір орындықтың үстінде орамал жатады. Балалар орындықты айнала жүгіріп, нұсқаушының дабылы бойынша киіз үй құрады. Орамалдың бұрышынан ұстап жоғары көтереді.
----	--	--	---	---

17		Балаларға жүруде,жүгіруде қойылған кедергілерден аттап өтуге жаттықтыру. 2 мин. дейін тоқтамай жүгіруге, спорттық ойындарға қызығушылығын арттыру:бадбитон,футбол ойындарын секіру жаттығулармен ұштастару. Ойнауға тарбиелеу және ойын ережесін сақтауға үйрету. Құралдар: ракетка, футбол доптары, матрас.	1.ЖДЖ № 1 2.НҚҚ - бадментон - футбол - «Кім алысқа секіреді» 3.Қимылды ойын: №17 Өз түсінді тап	Қимылды ойын: №17 Өз түсінді тап Мақсаты:Балалар қолдарына үш түрлі қызыл,жасыл, сары, орамалдар болады. Бөлменің үш бұрышында жалаушалар қойылады. Серуендеуге барындар деген белгіні балалар алаңқай ішін аралап кетеді. Өз түсінді тап деген белгіге қолдарындағы орамалдарының түсіне сәйкес жалаушаға қарай жүгіреді.
----	--	---	--	--

18		Жүрек,қантамыр, демалу жүйелерін жақсартуға күмектесу.Балаларды аяқ ұшымен, өкшемен жүру кезінде, денесін тік ұстап жүруге,жаттығуларды тиянақты орындауға жаттықтыру. Шапшандыққа, күштілікке, шыдамдылыққа жетілдіру. Сөйлеу арқылы жаттығуларды орындауға Гимнастикалық орындық үстіндегі шаршының үстінен тепе-теңдік сақтап аттап жүруге жаттықтыру.Допты кеуде тұсында ұстап, қос аяқпен секірге үйрету.Спортпен шұғылдануға әдетке айналдыруға тәрбиелеу. Құралдар: гимнастикалық орындық, шаршылар, доптар.	1 ЖДЖ№ 1 2.НҚҚ - гимнастикалық орындық үстіндегі шаршының (кубик) үстінен тепе-теңдік сақтап аттап жүруге жаттықтыру. - допты кеуде тұсында ұстап, қос аяқпен секіру. 3.Қимылды ойын: №18 «Жалауға қарай жүгір»	Қимылды ойын: №18 Жалауға қарай жүгір Мақсаты:Ойнаушылардың бәрі орындықтарда отырады. Аланның шетінен 5-6 қадам қшықтықта 4-5 бала тұратын сызық жүргізіледі. Аланның карама-қарсы жағында 18-20 қадам қашықтықтағы әрқайсысының қарсысына жалауша қоятын орындық қояды. Орындықтар бір сызық бойыны қойылады. Нұсқаушының сигналы бойынша бір, екі,үш жүгір деген кезде балалар жалаушаға қарай жүгіреді. Оларды алып, жоғары көтереді. Қайтадан қояды. Нұсқаушы кім жалаушаны бірінші көтергенін бақылайды.
----	--	--	--	--

19		Балаларды төрт аяқтап еңбектеп жүріп алдындағы кедергілерден дұрыс өтуге үйрету . Гимнастикалық орындық үстінде жүріп келіп,ортасында тоқтап бұрылуға дамыту. Кедергіден секіру 20 см биіктікте Құралдар: Гимнастикалық орындық, 20см биіктікке шаршылар, шарлар, құрсаулар	1.ЖДЖ № 1 2.НҚҚ -төртаяқтап еңбектеп кедергілермен өту; - гимнастикалық орындықта жүріп келіп бұрылу; - 20 см биіктікке кедергіден секіру. 3. Қимылды ойын: №19 Балықшылар	Қимылды ойын: №19Балықшылар Мақсаты:Үш балықшыны тандайды, қолдарына сақина беріледі. Қалған балалар балықтар болады, олар жүзіп жүреді. Балықшылар былай дейді. Суда балықтар жүзіп жүр, Балықтар асыл салып ойнап жүр, Балықтар,балаықтар тентектер, Біз сендерді ұстап аламыз тентектер. Сақинаға бірнеше балықтар ұстап алуға тырысады, өздері сосын балықшылар атанады.
----	--	--	---	--

20		Балаларды 1,5 минут жәй жүгіруге, секіруге жаттықтыру. Ойын жаттығуларын кішкене заттармен, доптармен жасауға жетілдіру. Аяқтың ұшымен, өкшемен, аяқ сыртымен жүруге үйрету. Спортпен шұғылдануға қызығушылығын арттыру. Құралдар: доптар, үрлемелі шарлар, шелек, әр командаға 4 кішкене доп, 4 үлкен доп.	1. ЖДЖ 2. НҚҚ - Эстафета - Допты басқа ұстау; - Ұсақ шар; - Картонды отырғыз; «Допты ұстап ал» 3. Қимылды ойын: №20 Лактыр	Қимылды ойын: №20 Лактыр Мақсаты: Балалардың допты бір бағытта лактыруын қадағалау және команда бойынша тапсырманы орындауын дағдыландыру. Балалар бір қатарға тұрғызылады. Қолдарына доп беріледі. Оң қолдарына допты жоғары ұстап, нұсқаушының сигналы бойынша допты бір бағытта лактырып, орындарында тұрып, доптың бағытың бақылауы қажет. Нұсқаушының сигналы бойынша допты алып орындарына тұруы керек. Осылайша ойын 3-4 рет қайталанады.
----	--	--	---	--

21	Қарапша	Менің отбасым	Балаларды гимнастикалық орындықпен жүруге үйрету, допты өз қолымен алдына және артына және қайтадан қолдарына қою. Бір жолға қойылған заттар арасында оң және сол аяқты секіру іскерлігін дамыту. Допты бір-біріне басынан асыра екі қолмен лақтыра білуді қалыптастыру. Ұжымда әрекет ете білуге, бір-біріне достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. Құралдар : Гимн. Балаларға арналған орындықтар, доптар;	1. ЖДЖ№ 1 2. НҚҚ: -гимнастикалық орындықта жүру, допты өз қолымен өз алдына және артына қою; - бір жолға қойылған заттар арасында оң және сол аяқты секіру; - допты барлығы бір қатарға тұрып, бір-біріне екі қолмен бас жағынан асыра лақтыру; 3. Қимылды ойын: №21 «Кім жылдам?»	Қимылды ойын: №21 Кім жылдам Мақсаты: Балалар саппен келе жатып, нұсқаушы белгі берісімен жан-жаққа бытырап, ойнап кетеді. Екінші белгімен тез өз орындарына тұра қалады. Нұсқаушы 1,2,3, деп санағанша балалар тұрып үлгеруі керек. Кімнің тез дұрыс тұрғанын айтып береді.
----	---------	---------------	--	--	--

22			Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтай отырып, 1,5 минутқа дейін баяу жүгіру, жүру. Доппен, тепе-теңдік пен секіруде ойын жаттығуларының дағдыларын дамыту. Бір-біріне достық қарым-қатынасты тәрбиелеу. Құралдар: Кегли, Балалардың кіші тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - бір жолға қойылған заттар арасында оң және сол аяқты секіру; - допты көлденең мақсатқа оң және сол қолмен 2-3 метр қашықтықта лақтыру; - допты оң және сол қолмен жүргізу; 3. Қимылды ойын: №22 Өз орнынды тап	Қимылды ойын: №22 Өз орнынды тап Мақсаты: Бұл ойынның тағы бір аты үшіншісі артық деп аталады. Ойыншылар жұптасып, екеуден, бір-біріне арқасымен дөңгелек құрып тұрады. Ойынды бастаушы және жұбы жоқ ойыншы бастайды. Артық ойыншы қашып, бастаушы оны қуады. Міндеті-қашушы кез- келген жұптың алдына барып тұра қалады. Осы жұптағы үшінші ойыншы артық болады
----	--	--	---	---	---

23		Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықты дамыту үшін жағдай жасау. Қозғалыстың негізгі түрлерін қалыптастыру (жүгіру, жүру). Аяқ, жамбас бұлшық нығайту. Қозғалыстарды үйлестіруді дамыту. Тәрбиешінің белгісі бойынша әрекет ету, оның нұсқауларын орындау білігін бекіту. Пластиканың көмегімен тірі және жансыз табиғатты бейнелеуді дамыту. Балалар арасында өзара көмек, достық қарым-қатынасты тәрбиелеу. Тыныс алу жүйесін дамыту және нығайту. Кеңістікте бағдарлауда жаттығу. Кедергілерді еңбектеп өту; Құралдар: Орындықтар, әнұран, Бум.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Кедергілерді еңбектеп өту; - гимнастикалық орындық ортасында бұрылып жүру; - кедергілерге секіру, биіктігі 20 см. 3. Қимылды ойын: №23 Балықтар мен балықшылар	Қимылды ойын: №23 Балықтар мен балықшылар Мақсаты: Ойыншылар екі командаға бөлінеді. Бірінші команда балықтар, екінші команда балықшылар. Балықшылар шеңбер жасап тұрады, ал балықтар жүзіп шеңберден өту керек. Шеңберден өте алмаған балық балықшылар командасына қосылады.
----	--	---	--	--

24		Заттар арқылы аттап жүруді кезектестіру іскерлігін қалыптастыру. Доппен ойын жаттығуында қозғалыс және ептілік дәлдігін дамыту. Жүгіру және тепе-теңдікті жаттығу. Ойыншықтарды сую ниетін тәрбиелеу. Құралдар: Балалардың кіші тобына кубиктер, доптар, Балалардың кіші тобына орташа доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ - заттар арқылы аттап жүгіру; - допты көлденең мақсатқа оң және сол қолмен 2-3 метр қашықтықта лақтыру; - допты оң және сол қолмен жүргізу; 3. Қимылды ойын: №24 Күн мен Түн	Қимылды ойын: №24 Күн мен Түн Мақсаты: Балалар бірі күн екіншісі түн болады. Олар бір-бірінен бөлек өз үйлері болады. Нұсқаушының көрсетуі бойынша екі команда да жаттығулар жасап тұрады. Нұсқаушы Күн деп белгі берген кезде сол топтың балалары уйне жеткізбей қуып жетулері керек Қолға түскен балалар қуушылар қатарына қосылады. Ойын алма кезек жүргізіліп отырады.
----	--	--	---	--

25		Доппен жүгіруге және жүргізуге үйрету (қашықтық 5 м). Топтауда, қоршаудың жоғарғы жиегіне тимей, қолдарында доппен бұрап өту іскерлігін дамыту. Гимнастикалық орындықта аяқпен дұрыс жүруді қалыптастыру. Дене шынықтыру сабақтарына дағдыны қалыптастыруға тәрбиелеу, денсаулықты сақтау. Құралдар: Балалардың кіші тобына арналған доптар, 5-6 дана шеңбер, гимнастикалық орындықтар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - жүруде допты жүргізу; - жиектің жоғарғы жиегіне тимей, топтауда доппен қолдарында жүру; - гимнастикалық орындықта аяқпен жүру; 3. Қимылды ойын: №25 Қоян мен Аңшылар	Қимылды ойын: №25 Қоян мен Аңшылар Мақсаты: Аланның бір жағында аңшы келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әр бір уйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып жайылымда қос аяқтап секіріп жүреді. Нұсқаушы Аңшы дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады. Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.
----	--	---	---	---

26		Балаларды баяу үздіксіз жүгіруде, допты қатарға тұрып лақтыруға жаттығу. Секірумен және жүгірумен ойын жаттығуларын жүргізе білуді дамыту. Бір-біріне достық қарым-қатынасты тәрбиелеу. Құралдар: Балалардың кіші тобына доптар, кубиктер, кеглдер, бау	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты бір қатарда тұрып лақтыру; - «кедергілер арқылы секіру»; - «жүгірістер және артқы емес» 3. Қимылды ойын: №26 Үйсіз қоян	Қимылды ойын: №26 Үйсіз қоян Мақсаты: Ойыншылардың арасынан бір бала аңшы қалғандары қоян болады. Олар шеңберде інде болады. Іннің саны қояндар санынан біреуі кем болады. Үйсіз қалған қоянды аңшы ұстамақшы болып қуалайды. Үйсіз қалған қоян кез-келген інге кіре береді. Егер аңшы қоянды ұстап алса олар орындарын ауыстырады. Ойын осылай жалғасады.
----	--	--	--	--

27			Балаларды еденге, бүйіріне тимей, биіктігі 40 см бау астында жүруге үйрету. Оң және сол аяқты заттар арасында кезекпен секіру іскерлігін дамыту. Гимнастикалық орындықта басы бар қаппен жүру іскерлігін қалыптастыру. Спортпен айналысуға тілек туғызу. Құралдар: Бау, кубиктер, гимнастикалық орындықтар, 3-4 дана құм салынған қаптар.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ - биіктігі 40 см бау астына еденге тимей, бүйірімен төмен түсу; - оң және сол аяқты заттар арасында кезекпен секіру; - гимнастикалық орындықта жүру 3. Қимылды ойын: №1 Аттар	Қимылды ойын: №1 Аттар Мақсаты: Балалар аттарды бейнелейді. Аланның бір шетіне шығып мынадай өлен шумағын айтады. Топ-топ түсіп төрт тұяқ Шоқырақтап шап атып, Құйрық-жалын сусылдап, Үш оғындай садақтың. Өзен шешіп тау асып, Шабысынаң таңба сен. Соңғы сөзді айта бергенде, балалар алға қарай ұмтыла секіреді. Нұсқаушының үйге деген белгісі бойынша, жай ғана орындарына оралады. Нұсқаушы өленді қайталайды.
----	--	--	--	---	--

28			Балалардың қозғалыс белсенділігін арттыру; дене шынықтыру жаттығулары арқылы балаларды денсаулық мәдениетіне тарту; балалардың спорт түрлері туралы түсініктерін кеңейту; серіктестік сезімін дамыту. реакция жылдамдығын, ептілікті дамыту; нұсқаушының дабылы бойынша әрекет ете білу; зейінді, жадыны, тапқырлықты дамыту; ағзаның барлық бұлшық еттерінің босануына жәрдемдесу; көлденең мақсат пен тепе-теңдік функциясына лақтыру. балалардың қызықты ойындарға қызығушылығын қалыптастыру, құрдастары арасындағы еңбек іс – әрекеті процесінде жағымды қарым-қатынасқа тәрбиелеу-ұжымда жұмыс істей білу. Құралдар: Қаптар, гимнастикалық орындықтар, ойын үшін бау	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ - қапты тік мақсатқа лақтыру; - гимнастикалық орындықтың тар жағында жүру; 3. Қимылды ойын: №2 Төбеде доп қуу	Қимылды ойын: №2 Төбеде доп қуу Мақсаты: Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Әр топтың ойыншылары бірінің артына екеуден сапқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдында болады. Команда бірінен бірі 3-4 метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады да, оны екі қолымен төбелеріне көтереді. Жетекшінің « Бастандар » деген командасы бойынша олар допты басынан асыра артындағы ойыншыға, осы әдіспен келесі ойыншыға береді. Ойын одан әрі қарай жүгіреді, сөйтіп өз тобының алдына келіп тұрады. Доп тағы да колонаның соңына кетеді. Ол топ капитандарының қолына екінші рет қайта тигейінше ойын осылай айнала береді. Капитан өз орнына келіп, бірінші болып, допты жоғары көтергенде команда ұтып шығады.
----	--	--	--	--	--

29		Балаларды кедергілерден өтуге үйрету. Доппен, секірумен, жүгірумен ойын жаттығуларын жүргізе білуді қалыптастыру. Дене шынықтыру сабақтары әдебін қалыптастырып, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. Құралдар: Кубиктер, гимнастикалық орындықтар, қаптар, Балалардың кіші тобына доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ - оң және сол аяқты заттар арасында кезекпен секіру; - гимнастикалық орындықта жүру; - жүруде допты жүргізу; 3. Қимылды ойын: №3 тақия тастамақ	Қимылды ойын: №3 тақия тастамақ Мақсаты: Ойыншылар айнала шеңбер болып тұрады. Жүргізуші барлық ойыншыларды айналып өтіп, білдіртпей бір ойыншының артына тақияны тастап кетеді. Егер ойыншы бірден оны байқамаса, онда ол жүргізуші болады. Тақияны тапқан ойыншы жүргізушіні қуып жетіп, оған тақияны кигізу керек.
----	--	--	---	---

30		Көлбеу тақтамен жүру, бөренелер арқылы екі аяқпен секіру іскерлігін қалыптастыру. Допты бір-біріне екі қолымен тізеде тұрып лақтыру іскерлігін дамыту. Спортпен айналысуға тәрбиелеу. Құралдар: Көлбеу тақта, кеспе тақтайшалар 7-10 дана, Балалардың кіші тобына доп, таяқша 50-60 см.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - көлбеу тақтамен жүру; - Екі аяқты бөренелер үстіне кою арқылы жүру; - тізе тұрып, бір-біріне екі қолмен допты лақтыру; 3. Қимылды ойын: №4 Адымдап жүр	Қимылды ойын: №4 Адымдап жүр Мақсаты: Алаңда 2-3 қатар шығыршықты 60см жалпақ фанера қойылады. Әр қатарда 5-6 шығыршықтан. Белгі бойынша 2-3 бала шығыршықтан –шығыршыққа адымдап жүреді. Соңғы шығыршықта секіріп, алақан соғып орнына қайта оралады. Шығыршықтан шықпай, шығыршықтың шетіне тимей, баспай аралық адыммен жүру.
----	--	---	---	--

31	Желтоқсан	Менің Қазақстаным	Балаларды алға жылжумен аяқтан аяққа секіруге үйрету. Мақтадан кейін екі қолмен ұстап допты жоғары лақтыру іскерлігін дамыту. Кегль арасындағы төрттікке қарай жүгіріп өту іскерлігін жетілдіру. Әлсіз жолдастарға көмектесуге тәрбиелеу. Құралдар: Балалар тобының доптары, кегли	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - алға жылжумен аяқтан аяққа секіру; - мақтадан кейін алақанға допты екі қолмен жоғары лақтыру; - кегль арасындағы төрттікте жүгіріп өту; 3. Қимылды ойын: №5 Кегли	Қимылды ойын: №5 Кегли Мақсаты: Ойында түрлі-түсті кеглилер орнатылады. Оларды бір-бірінен 10-15 см қашықтықта орналастырады. Балалар 1-1,5 м жерден бір-бір доптан домалатады. Нұсқаушы балалардың қайсысының кеглиге тигізгенін белгілеп тұрады. Жеңілгеніне онша назар аудармай, тигізе алмағандарға көмектеседі.
----	-----------	-------------------	---	---	--

32			Балаларды қар құрылыстары арасында колоннада жүруді және жүгіруді үйретуді жалғастыру. Екі аяқты затқа дейін секіру, қар лақтыру. Бірінші болуға ұмтылысты тәрбиелеу Құрал: Бау	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ: - қар құрылыстары арасында лекте жүру және жүгіру - екі аяқты затқа дейін секіру; - қарды мақсатқа лақтыру. 3. Қимылды ойын: №6 Балапандар	Қимылды ойын: №6 Балапандар Мақсаты: Ойыншылар үш топқа бөлінеді. Әр бәр топта отырған тауық және балапандары бар. Таңдап алынған үш лашын құстар балапандарға алақандармен тигізу қажет, содан кейін ойыннан құш шығылады. Отырған тауық өз балапандарын қорғайды. Шабуыл кезінде балапандарын қорғаған тауықтың қолы лашынға тисе ол ойыннан шығып қалады. Ойын жалғасады.
----	--	--	---	--	--

33		Дұрыс дене дағдыларын қалыптастыру және бекіту. Дұрыс арқа қалыптастыруға қатысатын бұлшықеттерді нығайту. Жылдамдатып жүгіре білуді дамыту, орнынан ұзындыққа секіру. Лактырудың дамуына ықпал ету. Тапсырмаларды дұрыс орындауға ұмтылысты тәрбиелеу. Құралдар: Түйір қарлар немесе қаптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - жылдамдатумен жүгіру; - орнынан ұзындыққа секіру; - алысқа лақтыру; 3. Қимылды ойын: №7 Өз жұбынды тап	Қимылды ойын: №7 Жұбынды тап Мақсаты: Балалар үш-төрт жалауша алады бірі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары, 4-5 адамнан бөлменің бұрыштарында топтасады. Әр түрлі жалаушалар (жасыл, көк, сары) қояды. «Өз жұбынды тап» деген жаңа сигнал бойынша балалар өздіріне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіреді.
----	--	--	---	---

34		Допты бір-біріне екі қолмен төменнен бір қатарда тұрып лақтыруға үйрету. Арқадағы қаптары бар төрт бөлікке жүгіріп өту іскерлігін дамыту. Гимнастикалық орындықта жүруді баста қапшықпен қалыптастыру. Балалар арасындағы достық қарым-қатынасты тәрбиелеу. Құралдар : Балалардың кіші тобына арналған доптар; қаптар, гимнастикалық орындықтар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты бір-біріне екі қолмен төменнен бір қатарда тұрып лақтыру; - арқамен еңбектеуге арналған; - гимнастикалық орындықпен жүру; 3. Қимылды ойын: №8 Допты домалат	Қимылды ойын: №8 Допты домалат Мақсаты: Балаларға әр түрлі-түсті доптыр немесе онша үлкен емес шағын ғана диаметрі 6-8 см шарлар беріледі де, оларды балалардан онша қашық емес жерге орналастырылған жалаушаға линияға дейін домалатып, жеткізген балаларды атап өтеді. Тапсырманы дұрыс орындағаны үшін алғыс айтады. Допты тағыда домалатуға мүмкіндік береді. Балалар допты бірнеше рет домалатқаннан кейін тәрбиеші оларды кәрзенкеге жинауды ұсынады.
----	--	---	--	---

35		Балаларды гимнастикалық қабырғадан жоғарыға дейін, өзендерді ұстамай, әр түрлі тәсілмен өрмелеуге үйрету. Гимнастикалық орындықпен, текшелерді аттап жүру білігін дамыту. Тізе арасында қысылған қаппен екі аяқты секіру іскерлігін қалыптастыру. Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылық туғызу. Құралдар:	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық қабырға бойымен жоғарыға дейін өрмелеу, өзендерді өткізіп алмау, түрлі аттас тәсілмен; - гимнастикалық орындықта жүру, текшелерді аттап жүру; - екі аяқты қаппен, тізе арасында қысылған секіру; 3. Қимылды ойын: №9 Допты қуып жет	Қимылды ойын: №9 Допты қуып жет Мақсаты: Нұсқаушы балаларға доп салынған кәрзенкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзенкеден доптарды алып, балалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып, кәрзенкеге салады. Ойын қайталанады.
----	--	--	--	---

36		Шаңғымен жүру кезінде ырғақты дамыту. Балаларды екі аяқпен секіру. Жүгірумен және қар лақтырумен ойын жаттығуларын мақсатқа дейін қалыптастыру. Табандылықты тәрбиелеу. Құрал: Шаңғы	1. ЖДЖ №1 2. НҚҚ: - шаңғымен жүру; - екі аяқты секіру; - и/у "Қар добы"» 3. Қимылды ойын: №10 Қасқыр мен қояндар	Қимылды ойын: №10 Қасқыр мен қояндар Мақсаты: Қасқырды тандап алады, қалған қатысушылар қояндар болады. Нұсқаушының дабылы бойынша қояндар секіреді, екінші дабыл кезінде қозғалмай қатып қалады да ағаш қалпын бейнелейді. Осы кезде қасқыр айналып жүріп, қозғалып тұрған адамды іздейді. Ұсталынған адам қасыр болады.
----	--	--	--	---

37		Балаларды көлбеу тақтамен жүруге және жүгіруге үйрету. Шахмат ретімен қойылған доп (5-6 дана) арқылы екі аяқты секіру іскерлігін дамыту. Допты себетке екі қолмен лақтыру іскерлігін қалыптастыру. Достыққа тәрбиелеу. Құралдар:Еңіс тақта, доптар, баскетбол сақинасы	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Көлбеу тақтамен жүру және жүгіру; - шахмат ретімен салынған, екі аяқпен толтырылған доптар арқылы секіру (5-6 дана); - допты себетке екі қолмен лақтыру; 3. Қимылды ойын: №11 Бәйге	Қимылды ойын: №11 Бәйге Мақсаты: Ойыншылар жұптасып бір-біріне кедергі жасамайтындай орналасып, мәре сызығына тұрады. Бірінші ойыншы ат қолын артқа қарай созып, ал екінші ойыншы атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі ілулі тұрған оюлы орамалды секіріп алуы керек.
----	--	---	---	---

38		Шаңғымен қозғалуға үйретуді жалғастыру. Шайбалы және түмсықпен ойын жаттығуларын жүргізу дағдыларын қалыптастыру. Мұз жолдары бойынша қозғала білуді дамыту. Мұзда дұрыс тәртіпті тәрбиелеу. Құралдар:Шаңғылар, клюшкарлар және шайбалар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - шаңғымен тайғанақ қадаммен жүру; - кілт көмегімен шайбаны жүргізе білу; - мұз жолдары бойынша сырғанау; 3. Қимылды ойын: №12 Мысықтар мен Күшіктер	Қимылды ойын: №12 Мысықтар мен Күшіктер Мақсаты: Ойыншыларды екі топқа бөледі. Бір топ күшіктер, екінші топ мысықтар болады. Мысықтар гимнастикалық қабырғаның жанында болады, ал күшіктер қарсы жақта болады. Нұсқаушы балаларға мысық сияқты жеңіл жүріп, жүгіруді ұсынады. Күшіктер деген кезде күшік болған балалар төрт аяқтап үріп мысықтарды қуа жөнеледі. Мысықтар мияулап жылдам гимнастикалық қабырғаға шығады. Күшіктер өз орындарына қайтып келеді. Ойын 2-3 рет қайталанады.
----	--	--	--	---

39		Балаларды орнынан ұзындыққа секіруге үйрету (қашықтық 50 см). Міндеттері: Төртбұрышты доғамен, басымен жоғары қарай итеріп, доғамен сырғанау білігін дамыту. Тәрбиелеу, өзара көмек беру. Құралдар: Доға, доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - орнынан ұзындыққа секіру (қашықтық 50 см); - доғалар астында еңбектеу, допты баспен жоғары лақтыру. 3. Қимылды ойын: №13 Допқа тигіз	Қимылды ойын: №13 Допқа тигіз Мақсаты: Балалар екі топқа бөлінеді. Бірінші команда сызық бойына сапқа тұрады. Бір-біріне арқасымен екі қадам арақашықтықта тұрады. Екінші команда да солай, біріншіге параллель орналасады. Ойынға ойыншылар санына қарай доп қажет. Бір команда ойыншыларының міндеті-допты кезектесіп өз доптарымен белгіленген мақсатқа тигізу керек. Сосын керісінше жасалады.
----	--	--	--	--

40		Допты кеудесінен 3 м қашықтықта екі қолмен қатарда тұрып бір - біріне лақтыруды үйрету. Терілген доптар арқылы аттап жүру іскерлігін қалыптастыру. Балаларды дене шынықтыру сабақтарына қызықтырады. Жабдық: Балалардың кіші тобына арналған доптар, шеңбер, толтырылған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты бір-біріне Кеудесінен 3 м қашықтықта екі қолмен қатарда тұрып лақтыру; - еденнің қолдарымен тимей, оң және сол жақ бүйірінде (биіктігі 50 см) жүру; - - толтырылған доптар арқылы аттап жүру; 3. Қимылды ойын: №14 Аяғынды сулап алма	Қимылды ойын: №14 Аяғынды сулап алма Мақсаты: Балалар сапқа тұрғызылады. Екі жіп қойылады- ол өзен. Ортасына тақтай қойылады- ол көпір. Балалар бір-бірден шапшаңырақ көпірден өту керек.
----	--	---	--	---

41	Қаптар	Табиғат әлемі	Гимнастикалық орындықта ішпен алма- кезек қимыдар арқылы жүруді үйрету. Дене қалпын, тепе-теңдігін сақтай отырып, аяқпен ұзын арқаннан секіру. Қаптарды тік мақсатқа лақтырып, дұрыс қалыпта түсіріп көздің дамуына ықпал ету. Жылдамдық – күш қасиеттерін, үйлестіру қабілеттерін, қозғалыс шығармашылығын және сөздік сүйемелдеуді дамыту. Балалардың денсаулығы мен салауатты өмір салтына құндылық қатынасын қалыптастыру (тыныс алу жаттығулары және өзін-өзі массаж элементтері арқылы). Мейірімділікке, көмекке келуге, еңбексүйгіштікке тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық орындықтар, ұзын жіп; толтырылған қаптар, тік мақсат.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Гимнастикалық орындықта ішпен алма- кезек қимыдар арқылы жүру; - Дене қалпын, тепе-теңдігін сақтай отырып, аяқпен ұзын арқаннан секіру; - Қаптарды тік мақсатқа лақтырып, дұрыс қалыпта түсіру; 3. Қимылды ойын: №15 Шаңырақ	Қимылды ойын: №15 Шаңырақ Мақсаты: Балалардың санына байланысты 2 немесе 3 командаға бөлінеді. Әр командаға шаңырақ секілді дөңгелек беріледі. Балалар алаңда шашырап ойнап жүреді. Тәрбиешінің сигналы бойынша шаңырақты жылдам жоғары көтеруі тиіс. Қай команда бірінші көтерсе сол команда жеңіске жетеді.
----	--------	---------------	---	---	---

42		Балаларды гимнастикалық қабырғамен үстіге дейін, саты текшелерін қалдырмай жүріп өтуге үйрету. Гимнастикалық орындықта бір аяқтың өкшесіне екінші аяқты ұшын тигізіп жүру қабілетін қалыптастыру. Екі аяқпен алға секіру іскерлігін дамыту. Допты тікелей бағытта жүргізуге жаттығу. Халық ойындарына деген құрмет пен сүйіспеншілікке тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық қабырға, гимнастикалық орындықтар, Балалардың кіші тобына доптар, бау	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Балаларды гимнастикалық қабырғамен үстіге дейін, саты текшелерін қалдырмай жүріп өтуге үйрету; - Гимнастикалық орындықта бір аяқтың өкшесіне екінші аяқты ұшын тигізіп жүру; - Екі аяқпен алға секіру; - Допты тікелей бағытта жүргізу. 3. Қимылды ойын: №16 Ағаш үй құру	Қимылды ойын: №16 Ағаш үй құру Мақсаты: Төрт орындықты қояды. Әр бір орындықтың үстінде орамал жатады. Балалар орындықты айнала жүгіріп, нұсқаушының дабылы бойынша киіз үй құрады. Орамалдың бұрышынан ұстап жоғары көтереді.
43		Балаларды шаңғымен тайғақ қадаммен қозғалуға үйрету. Ойын міндеттері: ойын жаттығуларын жүргізу дағдыларын қалыптастыру; Бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу. Құралдар: Шаңғы.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - ходьба на лыжах; - скольжение по ледяным дорожкам; 3. Қимылды ойын: №17 Өз түсінді тап	Қимылды ойын: №17 Өз түсінді тап Мақсаты: Балалар қолдарына үш түрлі қызыл, жасыл, сары, орамалдар болады. Бөлменің үш бұрышында жалаушалар қойылады. Серуендеуге барындар деген белгіні балалар алаңқай ішін аралап кетеді. Өз түсінді тап деген белгіге қолдарындағы орамалдарының түсіне сәйкес жалаушаға қарай жүгіреді.

44		Көлбеу тақтамен жүруді үйрету. Бөренелер арқылы оң және сол жақ бүйірімен секіру іскерліктерін дамыту. Допты Кеудеден екі қолмен себетке лақтырумен таныстыру. Спорттық тәртіпті тәрбиелеу. Құралдар: Көлбеу тақта, бөренелер, доптар, себет	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ - көлбеу тақтамен жүру; - бөренелер арқылы оң және сол жақ бүйірімен секіру; 3. Қимылды ойын: №18 Жалауға қарай жүгір	Қимылды ойын: №18 Жалауға қарай жүгір Мақсаты: Ойнаушылардың бәрі орындықтарда отырады. Аланның шетінен 5-6 қадам қшықтықта 4-5 бала тұратын сызық жүргізіледі. Аланның қарама-қарсы жағында 18-20 қадам қашықтықтағы әрқайсысының қарсысына жалауша қоятын орындық қояды. Орындықтар бір сызық бойыны қойылады. Нұсқаушының сигналы бойынша бір, екі, үш жүгір деген кезде балалар жалаушаға қарай жүгіреді. Оларды алып, жоғары көтереді. Қайтадан қояды. Нұсқаушы кім жалаушаны бірінші көтергенін бақылайды.
45		Балаларды шеңбер мен бүйірден кесіп өтуге үйрету. Баскетбол ойынының элементтерін орындау дағдыларын бекіту: допты еденнен секіріп бір-біріне лақтыру. Қолдың қалпын ауыстыра отырып жүре білуді жетілдіру; Алға-жоғары, мақтамен; гимнастикалық қадаммен жүру; басқа қозғалыстармен кезектесіп жүру; аяқпен жүгіру; 5-6 ретпен жатқан секіргіш (косичек) арқылы секіру; төрт бөлікте ішпен баспалдаққа және алақанға жоғары қарай жылжу. Спортпен айналысуға тәрбиелеу. Құралдар: Балалардың кіші тобына шеңбер, доптар; косички	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - еденнен секіріп бір-біріне доп лақтыру; - қолдың қалпын ауыстырумен жүру; Алға-жоғары, мақтамен жүру; гимнастикалық қадаммен жүру; - гимнастикалық қадаммен жүру; - басқа қозғалыстармен кезектесіп жүру; 3. Қимылды ойын: №19 Балықшылар	Қимылды ойын: №19 Балықшылар Мақсаты: Үш балықшыны тандайды, қолдарына сақина беріледі. Қалған балалар балықтар болады, олар жүзіп жүреді. Балықшылар былай дейді. Суда балықтар жүзіп жүр, Балықтар асыл салып ойнап жүр, Балықтар, балаықтар тентектер, Біз сендерді ұстап аламыз тентектер. Сақинаға бірнеше балықтар ұстап алуға тырысады, өздері сосын балықшылар атанады.

46		Балаларды шаңғымен қозғалтуға, шағын беткейден түсуге үйрету. Жүгірумен және лақтырумен ойын жаттығуларын жүргізе білуін дамыту. Спортпен айналысуға тәрбиелеу. Құралдар: Шаңғы, қар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - шаңғымен жылжитын қадам; - шағын беткейде жиналу; 3. Қимылды ойын: №20 Лақтыр	Қимылды ойын: №20 Лақтыр Мақсаты: Балалардың допты бір бағытта лақтыруын қадағалау және команда бойынша тапсырманы орындауын дағдыландыру. Балалар бір қатарға тұрғызылады. Қолдарына доп беріледі. Оң қолдарына допты жоғары ұстап, нұсқаушының сигналы бойынша допты бір бағытта лақтырып, орындарында тұрып, доптың бағытың бақылауы қажет. Нұсқаушының сигналы бойынша допты алып орындарына тұруы керек. Осылайша ойын 3-4 рет қайталанады.
----	--	---	--	--

47		Орнынан ұзындыққа секіру білігін бекіту (60 см қашықтық). Топтауда қолмен еденге тие отырып, доға астына шығу білігін қалыптастыру. Шағын допты бір қолмен лақтыруға, екі қолмен ұстауға үйрету. Ойын барысында достық сезімдерін тәрбиелеу. Құралдар: Доға, шағын доп балалар тобына	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - орнынан ұзындыққа секіру (қашықтығы 60 см); - топтауда еденге қолмен тиіп доға астына түсу; - шағын допты бір қолмен лақтыру, екі қолмен аулау; 3. Қимылды ойын: №21 Кім жылдам	Қимылды ойын: №21 Кім жылдам Мақсаты: Балалар саппен келе жатып, нұсқаушы белгі берісімен жан-жаққа бытырап, ойнап кетеді. Екінші белгімен тез өз орындарына тұра қалады. Нұсқаушы 1,2,3, деп санағанша балалар тұрып үлгеруі керек. Кімнің тез дұрыс тұрғанын айтып береді.
----	--	--	--	--

48		Жүру кезінде тепе-теңдікті, арқамен Алға, қолдарын еденге қойылған арқанмен жан-жаққа сақтауға үйрету; жүру кезінде тепе-теңдікті орындық бойынша бүйірімен, соңында 45 градусқа бұрылып және секіріп отырып, теңдікті сақтауға үйрету. Допты бір қолмен (оң және сол), алға қарай жылжи отырып, еденнен екі қолмен ұру іскерлігін жетілдіру. Ереже бойынша ойнауға ұмтылысты тәрбиелеу Құралдар: Гимнастикалық орындықтар, Балалардың кіші тобына арналған доптар;	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: арқамен алға жүру, еденге қойылған арқан бойымен қолдар; - Аяқта 45 градусқа бұрылып және секіріп жүру; - допты еденнен екі қолмен ұру, 5-6 м қашықтықта тура бағытта алға жылжу.; - допты еденнен бір қолмен (оң және сол) алға қарай қозғала отырып ұру. 3. Қимылды ойын: №22 Өз орнынды тап	Қимылды ойын: №22 Өз орнынды тап Мақсаты: Бұл ойынның тағы бір аты үшіншісі артық деп аталады. Ойыншылар жұптасып, екеуден, бір-біріне арқасымен дөңгелек құрып тұрады. Ойынды бастаушы және жұбы жоқ ойыншы бастайды. Артық ойыншы қашып, бастаушы оны қуады. Міндеті-қашушы кез-келген жұптың алдына барып тұра қалады. Осы жұптағы үшінші ойыншы артық болады
----	--	--	---	--

49		3 м қашықтықтағы оң және сол қолмен қапты тік мақсатқа лақтыру білігін бекіту. Гимнастикалық орындықта арқадағы қапты бар төрттікте жүгіріп өту іскерліктерін дамыту. Бір қатарға қойылған кеглдер арасындағы аяқ киімде жүру іскерлігін жетілдіру. Қазақ халық ойындарына деген сүйіспеншілік пен құрметке тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық орындықтар, Қапшық, Кегли	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: қапты тік мақсатқа иықтан оң және сол қолмен 3 м қашықтықпен белгілеу.; - гимнастикалық орындықта арқадағы қаптары бар төрттікте жүгіру; - бір қатарға қойылған кеглдер арасындағы аяқпен жүру. 3. Қимылды ойын: №23 Балықтар мен балықшылар	Қимылды ойын: №23 Балықтар мен балықшылар Мақсаты: Ойыншылар екі командаға бөлінеді. Бірінші команда балықтар, екінші команда балықшылар. Балықшылар шеңбер жасап тұрады, ал балықтар жүзіп шеңберден өту керек. Шеңберден өте алмаған балық балықшылар командасына қосылады.
----	--	---	---	---

50		Балаларды жүгірумен және секірумен ойын жаттығуларын жүргізуге үйрету. Қарды (қаптарды) алысқа және мақсатқа лақтыра білуді дамыту. Ұйымшылдыққа тәрбиелеу, бірлесіп ойнау ниеті. Құралдар: Қажет емес	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: -Эстафета: - Мәреге дейін секір; - «Мақсатқа жет»; 3. Қимылды ойын: №24 Күн мен Түн	Қимылды ойын: №24 Күн мен Түн Мақсаты: Балалар бірі күн екіншісі түн болады. Олар бір-бірінен бөлек өз үйлері болады. Нұсқаушының көрсетуі бойынша екі команда да жаттығулар жасап тұрады. Нұсқаушы Күн деп белгі берген кезде сол топтың балалары уйне жеткізбей қуып жетулері керек Қолға түскі балалар қуушылар қатарына қосылады. Ойын алма кезек жүргізіліп отырады.
----	--	--	---	---

51	Ақпан	Мен және қоршаған орта	Тақырыбы: Қысқы Олимпиада Шаңғыда сырғымалы қадам жасауға үйрету. Жүгірумен және секірумен жүргізілетін ойын жаттығуларын қалыптастыру. Балаларды қар лақтыруға үйрету. Бір-бірімен мейірімділік қарым-қатынас жасауға тәрбиелеу. Жабдық: Шаңғы, бау	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ - Шаңғымен сырғымалы қадам жасау; - Қарды алысқа лақтыру; 3.Қимылды ойын: №25 Қоян мен Аңшылар	Қимылды ойын:№25 Қоян мен Аңшылар Мақсаты:Аланның бір жағында аңшы келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әр бір уйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып жайылымда қос аяқтап секіріп жүреді. Нұсқаушы Аңшы дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады. Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.
----	-------	------------------------	--	--	---

52			Гимнастикалық қабырға бойымен жақтаулар арқылы жоғарыға міну және төмен түсе білуді дамыту. Гимнастикалық орындықта, қолын басына қою арқылы жүру білігін қалыптастыру. Бір аяқтан екінші аяққа секіру арқылы алға жылжу және жүру барысында допты жерге ұрып отыруды үйрету. Достыққа, ұжымшылдыққа тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: гимнастикалық қабырға, гимнастикалық орындықтар, Балалардың кіші тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Гимнастикалық қабырға бойымен жақтаулар арқылы жоғарыға міну және төмен түсе білу; - Гимнастикалық орындықта, қолын басына қою арқылы жүру; -Бір аяқтан екінші аяққа секіру арқылы алға жылжу; - Жүріп келе жатып допты ұру; 3.Қимылды ойын: №26 «Үйсіз қоян»	Қимылды ойын: №26 Үйсіз қоян Мақсаты: Ойыншылардың арасынан бір бала аңшы қалғандары қоян болады. Олар шеңберде інде болады. Іннің саны қояндар санынан біреуі кем болады. Үйсіз қалған қоянды аңшы ұстамақшы болып қуалайды. Үйсіз қалған қоян кез-келген інге кіре береді. Егер аңшы қоянды ұстап алса олар орындарын ауыстырады. Ойын осылай жалғасады
----	--	--	--	--	---

53		Балаларды гимнастикалық қабырғаға аралықтан аралыққа өту арқылы өрмелеуге жаттықтыру. Допты орнында тұрып мақтамен лақтыру және кейін қарай қағып алу іскерліктерін бекіту (10 рет). Кеңістіктегі ептілігін, бағдарлау қабілетін дамыту. Белсенді демалыс әдетіне, балалармен бірге ойнау білуге тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: гимнастикалық қабырға, балалардың кіші тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық қабырғаға аралықтан аралыққа өту арқылы өрмелеу; - Допты орнында тұрып мақтамен лақтыру және кейін қарай қағып алу (10 рет). 3. Қимылды ойын: №1 Аттар	Қимылды ойын: №1 Аттар Мақсаты: Балалар аттарды бейнелейді. Аланның бір шетіне шығып мынадай өлен шумағын айтады. Топ-топ түсіп төрт тұяқ Шоқырақтап шап атып, Құйрық-жалын сусылдап, Үш оғындай садақтың. Өзен шешіп тау асып, Шабысынаң таңба сен. Соңғы сөзді айта бергенде, балалар алға қарай ұмтыла секіреді. Нұсқаушының үйге деген белгісі бойынша, жай ғана орындарына оралады. Нұсқаушы өленді қайталайды.
----	--	--	---	--

54		Балаларды арқан бойымен бүйірлеп, қадамдап жүру арқылы үйретуді жалғастыру. 40 см. аралыққа қойылған дөңгелек белгілерден секіру дағдысын қалыптастыру. Тізбектеліп тұрған күйінде допты бір-біріне лақтыру және допты еденге тигізіп екі қолмен қайта қағып алу біліктілігін жетілдіру. Ойында бір-біріне жол беруге, ізгі ниет танытуға тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: арқан, 10 дана дөңгелек (обруч), балалардың кіші тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: -арқан бойымен бүйірлеп, қадамдап жүру; - 40 см. аралыққа қойылған дөңгелек белгілерден секіру.; - Тізбектеліп тұрған күйінде допты бір-біріне лақтыру және допты еденге тигізіп екі қолмен қайта қағып алу; 3. Қимылды ойын: №2 Төбеде доп қуу	Қимылды ойын: №2 Төбеде доп қуу Мақсаты: Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Әр топтың ойыншылары бірінің артына екеуден сапқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдында болады. Команда бірінен бірі 3-4 метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады да, оны екі қолымен төбелеріне көтереді. Жетекшінің « Бастандар » деген командасы бойынша олар допты басынан асыра артындағы ойыншыға, осы әдіспен келесі ойыншыға береді. Ойын одан әрі қарай жүгіреді, сөйтіп өз тобының алдына келіп тұрады. Доп тағы да колонаның соңына кетеді. Ол топ капитандарының қолына екінші рет қайта тигейінше ойын осылай айнала береді. Капитан өз орнына келіп, бірінші болып, допты жоғары көтергенде команда ұтып шығады.
----	--	--	---	--

55			Жүгірумен жүргізілетін ойын жаттығуларын жетілдіру. Шайбаны бір-бірлеріне лақтыру жаттығулары. Қозғалыстарды үйлестіру, ептілік, кеңістіктегі бағдарлау, қозғалудың жалпы және ұсақ құрамдас бөліктерін дамыту. Балалардың көңіл-күйлеріне өзгеріс енгізу. Жабдықтар: Балалар саны бойынша таяқшалар (клюшкалар) мен шайбалар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Шайбаны бір-бірлеріне лақтыру; - Шайбамен «көздеген нысанға тигіз»; - «Бірінші жет». 3. Қимылды ойын: №3 Тақия тастамақ	Қимылды ойын: №3 Тақия тастамақ Мақсаты: Ойыншылар айнала шеңбер болып тұрады. Жүргізуші барлық ойыншыларды айналып өтіп, білдіртпей бір ойыншының артына тақияны тастап кетеді. Егер ойыншы бірден оны байқамаса, онда ол жүргізуші болады. Тақияны тапқан ойыншы жүргізушіні қуып жетіп, оған тақияны кигізу керек.
----	--	--	---	--	---

№	Айы	Өтпелі тақырып	Мазмұны	Әдіс-тәсілдері	Қимылды ойын
56			Шаңғымен жүру, түсу және көтерілу, бұрыла білуді үйрену. Шанамен жүгіру және секіру секілді дербес ойын жаттығуларын жүргізу. Бір-біріне достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. Жабдықтар: Шаңғы, шаналар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - шаңғымен жүру; - шанамен ойын жаттығулары; 3. Қимылды ойын: №4 Адымдап жүр	Қимылды ойын: №4 Адымдап жүр Мақсаты: Алаңда 2-3 қатар шығыршықты 60см жалпақ фанера қойылады. Әр қатарда 5-6 шығыршықтан. Белгі бойынша 2-3 бала шығыршықтан –шығыршыққа адымдап жүреді. Соңғы шығыршықта секіріп, алақан соғып орнына қайта оралады. Шығыршықтан шықпай, шығыршықтың шетіне тимей, баспай аралық адыммен жүру.

57		Жүгіріп келіп биіктікке секіру біліктілігін дамыту. Оң және сол қолмен қапшықшаны 3,5 м қашықтыққа лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылық тудыруға тәрбиелеу. Жабдық: Гимнастикалық бум, қаптар, кегли	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Жүгіріп келіп биіктікке секіру; - Оң және сол қолмен қапшықшаны 3,5 м қашықтыққа лақтыру; - кегльдердің арасынан екі аяқтап секіріп өту; 3. Қимылды ойын: №5 «Кегли»	Қимылды ойын: №5 Кегли Мақсаты: Ойында түрлі-түсті кеглилер орнатылады. Оларды бір-бірінен 10-15 см қашықтықта орналастырады. Балалар 1-1,5 м жерден бір-бір доптан домалатады. Нұсқаушы балалардың қайсысының кеглиге тигізгенін белгілеп тұрады. Жеңілгеніне онша назар аудармай, тигізе алмағандарға көмектеседі.
----	--	---	--	--

58		Қолдың төмен-алға қозғалысын аяқтың қимылымен үйлестіруге үйрету; заттар арасымен жүгіруге жаттығу; жүру барысында арасында секіру, доппен ойын жаттығуларын қайталауды үйрету. Қимылдарды үйлестіруді, ептілікті, есту зейін, кеңістікте бағдарлай білуді, аяқ бұлшық еттерін нығайтуды, арқаны қалыптастыруды дамыту. Спорттық мүліктерге ұқыпты қарауға, тапсырмаларды орындау кезінде дербестікке тәрбиелеу. Жабдық: Кегли, обруч	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - ұзындыққа секіру; - заттар арасымен жүгіру; - жүруді секурімен алмастырып отыру; - доппен жүргізілетін ойын жаттығулары; 3. Қимылды ойын: №6 Балапандар	Қимылды ойын: №6 Балапандар Мақсаты: Ойыншылар үш топқа бөлінеді. Әр бәр топта отырған тауық және балапандары бар. Таңдап алынған үш лашын құстар балапандарға алақандармен тигізу қажет, содан кейін ойыннан құып шығылады. Отырған тауық өз балапандарын қорғайды. Шабуыл кезінде балапандарын қорғаған тауықтың қолы лашынға тисе ол ойыннан шығып қалады. Ойын жалғасады.
----	--	---	--	---

59		Гимнастикалық орындықтармен жүргенде қол және аяқ қимылдарын үйлестіре білуді үйретуді жалғастыру; шектеулі ғана тірек бар, бұрылыстары бар жермен жүргенде тепе-теңдік ұстауға жаттығу, б орындықтың ортасында бұрылып, тұрақты тепе-теңдікті сақтауда жаттығу. Тепе-теңдік сезімін, қозғалыстарды үйлестіруді, аяқ бұлшық еттерін дамыту, педагогтың сигналына тез жауап бере білу, кеңістікте бағдарлай білу, қозғалудың жалпы және ұсақ құрамдас бөліктерін дамыту. Жабдық: Гимнастикалық орындықтар, шеңбер	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық орындықтармен жүру; - шектеулі ғана тірек бар, бұрылыстары бар жермен жүру; - дөңгелек белгіден (обруч) дөңгелек белгіге секіру; 3. Қимылды ойын: №7Өз жұбынды тап	Қимылды ойын: №7 Өз жұбынды тап Мақсаты: Балалар үш-төрт жалауша алады бірі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары, 4-5 адамнан бөлменің бұрыштарында топтасады. Әр түрлі жалаушалар (жасыл, көк, сары) қояды. «Өз жұбынды тап», деген жаңа сигнал бойынша балалар өздігіне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіреді.
----	--	--	--	---

60		Допты бір-біріне 2 қолмен лақтыруға, керілген жіп (скакалка) арқылы секіруге үйрету. Жұп болып және бытыраңқы түрде жүру және жүгіруге, заттар арасынан "жыланша" жорғалап өтуге, параллель жатқан жіптің бойымен жүруге жаттықтыру. Координациялық қабілеттерді, ептілікті, есту және көру зейін, кеңістікте бағдарлай білуді дамыту, жалпақ табандылықты түзету. Спорттық мүліктерге ұқыпты қарауға, дербестікке тәрбиелеу. Жабдықтар: Балалардың кіші тобына доптар, скакалкалар, кеглдер, 2 баулар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Допты бір-біріне 2 қолмен лақтыру; - керілген жіп (скакалка) арқылы секіру; - жұптаса және жекелей жүру мен жүгіру; - заттар арасынан "жыланша" жорғалап өту; - параллель жатқан жіптің бойымен жүру. 3. Қимылды ойын: №7 Жұбынды тап	Қимылды ойын: №7 Жұбынды тап Мақсаты: Балалар үш-төрт жалауша алады бірі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары, 4-5 адамнан бөлменің бұрыштарында топтасады. Әр түрлі жалаушалар (жасыл, көк, сары) қояды. «Өз жұбынды тап», деген жаңа сигнал бойынша балалар өздігіне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіреді.
----	--	--	---	--

61	Наурыз	Өнер көзі халықта	Тұрған қалыпта допты бастан асыра екі қолмен лақтыруды үйрену; сүгілген қолмен күш түсіре отырып; Қозғалыс қарқынын ұстап тұруды үйрету, аяқты өкшеден аяқ ұшына ауыстыру, иықты бос ұстап, қолды жаймен қозғалысқа келтіру; - арқаны тіктеп, гимнастикалық орындықта басына киілген қапшықпен жүріп өтуді қайталау; сабаққа құштарлықтарын арттыру, денсаулықты сақтауға үйрету. Құралдар: доптар, гимнастикалық орындықтар, тақтай, аю маскасы	1. ЖДЖ 2. НҚҚ: -Тұрған қалыпта допты бастан асыра екі қолмен лақтыру ; - баяу леппен жүгіру (1 минутта); - гимнастикалық орындықта басына киілген қапшықпен жүріп өту, қол белде(орындықтың биіктігі 35 см, ені 20 см) - жердегі тақтайға қос аяқтап секіру 3. Қимылды ойын: №8Допты домалат	Қимылды ойын: №8Допты домалат Мақсаты: Балаларға әр түрлі-түсті доптір немесе онша үлкен емес шағын ғана диаметрі6-8 см шарлар беріледі де, оларды балалардан онша қашық емес жерге орналастырылған жалаушаға линияға дейін домалатып, жеткізген балаларды атап өтеді. Тапсырманы дұрыс орындағаны үшін алғыс айтады. Допты тағыда домалатуға мүмкіндік береді. Балалар допты бірнеше рет домалатқаннан кейін тәрбиеші оларды кәрзенкеге жинауды ұсынады.
----	--------	-------------------	--	--	---

62			Еденге бүйірінен тұрған қыстырмаларынан еңбектеп өтуді үйрену, қол-аяқтың жұмысын үйлестіру; тұрған қалыпта допты бастан асыра екі қолмен лақтыру, допты дұрыс бағыттауды бекіту, қимылдарды ретімен орындау. Үйлесімділікті, ептілікті, дене жаттығуларын денсаулықпен байланыстыруға тәрбиелеу. Құралдар: Өрлемелі баспалдақдоптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - еденге бүйірінен тұрған қыстыр-маларынан еңбектеп өту ; - Тұрған қалыпта допты бастан асыра екі қолмен лақтыру ; 3. Қимылды ойын:№9 Допты қуып жет	Қимылды ойын:№9 Допты қуып жет Мақсаты:Нұсқаушы балаларға доп салынған кәрзенкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзенкеден доптарды алып, балалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып, кәрзенкеге салады. Ойын қайталанады.
----	--	--	--	---	---

63		Қар төмпегімен жүруді(6 см биіктікте),қардан аттап өтуді бекіту. Қарды көзделген нүктеге лақтыруды үйрену(затты құлат, затқа жеткізе лақтыру),шанада бір бірін сүйреу.Өздігінен физикалық белсенділікпен айналысуға тәрбиелеу.. Құралдар: Қажет емес	1 . ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - қардан аттап өту; -көзделген жерге қар лақтыру; - шанада сырғанау 3. Қимылды ойын: №10«Қасқыр мен қояндар»	Қимылды ойын: №10 Қасқыр мен қояндар Мақсаты: Қасқырды тандап алады, қалған қатысушылар қояндар болады. Нұсқаушының дабылы бойынша қояндар секіреді,екінші дабыл кезінде қозғалмай қатып қалады да ағаш қалпын бейнелейді. Осы кезде қасқыр айналып жүріп, қозғалып тұрған адамды іздейді. Ұсталынған адам қасыр болады.
64		Өкшеден аяқ ұшына ауысуды үйрену, жалпақтабандылықтың алдын алу үшін бұдырлы тақайдан жүріп өту; еденге бүйірінен тұрған баспалдақтың қыстыр-маларына а тимей еңбектеп өту, еңбектеу барысында оңға-солға бағытты тез ауыстыру;шектелген аумақта қос аяқтап секіру;тепе-теңдік сақтау қабілетін арттыру, патриотизмге тәрбиелеу. Құралдар: Бұдырлы тақтай, орлемелі баспалдақ	1 . ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - бүдірлі тақайдан жүріп өту, ені 15см, ұзындығы 2м); - баспалдақтың еденге бүйірінен тұрған қыстыр-маларынан еңбектеп өту - қос аякпен едендегі тақайдан секіру 3. Қимылды ойын: №11 Бәйге	Қимылды ойын: №11 Бәйге Мақсаты: Ойыншылар жұптасып бір- біріне кедергі жасамайтындай орналасып, мәре сызығына тұрады. Бірінші ойыншы ат қолын артқа қарай созып, ал екінші ойыншы атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі ілулі тұрған оюлы орамалды секіріп алуы керек

66		Жүгіріп келген бойда қатарда өз орнын табу; доп қозғалысының бағытын сақтай отырып, допты айналдыра лақтыру іскерлігін бекіту. Секіру төзімділігін, көз өлшегішін, қозғалыс бағытының дәлдігін, есту және көру зейін, кеңістікте бағдарлануды дамыту. Спорттық мүкәммалға ұқыпты қарауға тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Балалардың кіші тобына арналған скакалкалар, доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - шеңберден шеңберге секіру; - жүру мен жүгіруден кейін қатардан өз орнын табу; - допты бір-біріне қарсы дөңгелету. 3. Қимылды ойын: №13 Допқа тигіз	Қимылды ойын: №13 Допқа тигіз Мақсаты: Балалар екі топқа бөлінеді. Бірінші команда сызық бойына сапқа тұрады. Бір-біріне арқасымен екі қадам арақашықтықта тұрады. Екінші команда да солай, біріншіге параллель орналасады. Ойынға ойыншылар санына қарай доп қажет. Бір команда ойыншыларының міндеті-допты кезектесіп өз доптарымен белгіленген мақсатқа тигізу керек. Сосын керісінше жасалады.
----	--	--	--	--

67		Гимнастикалық орындықта жүруде тепе-теңдікті сақтауға үйрету; жартылай бүгілген аяқтармен жылдам және алға жылжып секіруге жаттығу. Координациялық қабілеттерін, тепе-теңдік сезімін, аяқ бұлшық еттерін, зейін, реакция жылдамдығын дамыту; тік мақсатта лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықты қалыптастыру. Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, қаптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - Аяқпен гимнастикалық орындықтарда жүру; - тік мақсатқа лақтыру. 3. Қимылды ойын: №14 Аяғынды сулап алма	Қимылды ойын: №14 Аяғынды сулап алма Мақсаты: Балалар сапқа тұрғызылады. Екі жіп қойылады- ол өзен. Ортасына тақтай қойылады- ол көпір. Балалар бір-бірден шапшаңырақ көпірден өту керек.
----	--	---	--	---

68			Допты лақтыру және қағып алуға; тізелер арасына допты қысып алып секіруге; колдарға арналған түрлі тапсырмаларды орындаумен жүруге, дыбыс-белгі бойынша әрекет ету іскерлігін бекіту. Ептілікті, дәлдікті, көз өлшегіштерді, аяқ бұлшық еттерін, зейінді, реакция жылдамдығын дамыту. Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылық туғызу. Құрал-жабдықтар:Доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты лақтыру және қағып алу; - допты тізе арасынаа қыстырып алып секіріп-жүру; - қолға арналған түрлі тапсырмаларды орындап жүру. 3. Қимылды ойын:№15 Шаңырақ	Қимылды ойын:№15 Шаңырақ Мақсаты: Балалардың санына байланысты 2 немесе3 командаға бөлінеді. Әр командаға шаңырақ секілді дөңгелек беріледі. Балалар алаңда шашырап ойнап жүреді. Тәрбиешінің сигналы бойынша шаңырақты жылдам жоғары көтеруі тиіс. Қай команда бірінші көтерсе сол команда жеңіске жетеді.
----	--	--	--	--	---

№	Айы	Өтпелі тақырып	Мазмұны	Әдіс-тәсілдері	Қимылды ойын
69			Балаларды кішірейтілген тірекпен жүргенде тепе-теңдікті сақтауда, алға жылжып, екі аяқты секіруде жаттықтыру; қимылдарды үйлестіру және ептілікті дамыту. Ұлттық қазақ ойындарын ойнауға ынтасын тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: газеттен, биіктігі бір метрлік қолышқадан жасалған қалпақ, орамалдар мен белдік	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - шағын тірек бойынша жүру; - екі аяқтап алға секіру. 3 Қимылды ойын:№16 Ағаш үй құру	Қимылды ойын:№16 Ағаш үй құру Мақсаты:Төрт орындықты қояды. Әр бір орындықтың үстінде орамал жатады. Балалар орындықты айнала жүгіріп, нұсқаушының дабылы бойынша киіз үй құрады. Орамалдың бұрышынан ұстап жоғары көтереді.

70			Гимнастикалық қабырғадан жоғарыға дейін өрмелеп, аттас тәсілмен өрмелеп жаттығу. Залды бойлай, оның оң және сол жағында орналасқан бау арқылы секіру іскерлігін жетілдіру. Қимылдарды үйлестіруді, ептілікті, тепе-теңдік сезімін, аяқ бұлшық еттерін, дыбыс белгісі бойынша әрекет ете білуді, есту сақтау зейінін, басын қаппен арқанмен жүргенде арқаны қалыптастыруды дамыту. Балалардың эмоционалдық үнін және жаттығуларды орындауға ықыласын тудызу. Жабдықтар: Гимнастикалық қабырға, бау, арқан, құм толтырылған бірнеше қап	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық қабырға бойымен бір тәсіл арқылы жоғарыға дейін өрмелеу; - залды бойлай, оның оң және сол жағында орналасқан бау арқылы секіру; - басына қап салу арқылы арқан бойымен жүру 3. Қимылды ойын:№17 Өз түсінді тап	Қимылды ойын:№17 Өз түсінді тап Мақсаты:Балалар қолдарына үш түрлі қызыл,жасыл, сары, орамалдар болады. Бөлменің үш бұрышында жалаушалар қойылады. Серуендеуге барындар деген белгіні балалар алаңқай ішін аралап кетеді. Өз түсінді тап деген белгіге қолдарындағы орамалдарының түсіне сәйкес жалаушаға қарай жүгіреді.
----	--	--	---	---	---

71	Сәуір	Біз еңбекқор баламыз	Екі аяқпен бір жерді айналып секіруге үйрену. Допты шеңберді айналып жүгірген бойы бір-біріне беруге үйрену. Ептілікті, көзбен болжамдау, қозғалыс белсенділігін, өзгешелік үйлестіруді дамыту. Балалардың бойында жаттығу жасауға деген ұмтылысты орнату. Құралдар: Балалардың шағын тобына арналған доптар, баулар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты бір-біріне қарай дөңгелету; - залды бойлатып тасталған бау жіптің оң және сол жағына секіру. 3. Қимылды ойын:№18 Жалауға қарай жүгір	Қимылды ойын:№18 Жалауға қарай жүгір Мақсаты:Ойнаушылардың бәрі орындықтарда отырады. Аланның шетінен 5-6 қадам қшықтықта 4-5 бала тұратын сызық жүргізіледі. Аланның қарама-қарсы жағында 18-20 қадам қашықтықтағы әрқайсысының қарсысына жалауша қоятын орындық қояды. Орындықтар бір сызық бойыны қойылады. Нұсқаушының сигналы бойынша бір, екі,үш жүгір деген кезде балалар жалаушаға қарай жүгіреді. Оларды алып, жоғары көтереді. Қайтадан қояды. Нұсқаушы кім жалаушаны бірінші көтергенін бақылайды.
----	-------	----------------------	--	--	---

72		Балаларды қоршаудың жоғары жиегіне тиіп кетпей, тығыз топ күйінде жүруге үйрету. Жүру кезінде тепе-теңдікті ұстай білуді қалыптастыру. Пингвиндер сияқты тізе арасында қысылған қаппен екі аяқпен секіруді жетілдіру. Құрал-жабдық: шеңбер, бөренелер, қапшықшалар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - жоғарғы жағына тиіп кетпей тығыз топ күйінде жүру; - басқа қапшықшалар киіп алып, бөренелерден аттау; - екі аяққа қапты қысып алып, секіру. 3. Қимылды ойын: №19 Балықшылар	Қимылды ойын: №19 Балықшылар Мақсаты: Үш балықшыны тандайды, қолдарына сақина беріледі. Қалған балалар балықтар болады, олар жүзіп жүреді. Балықшылар былай дейді. Суда балықтар жүзіп жүр, Балықтар асыл салып ойнап жүр, Балықтар, балаықтар тентектер, Біз сендерді ұстап аламыз тентектер. Сақинаға бірнеше балықтар ұстап алуға тырысады, өздері сосын балықшылар атанады.
----	--	--	--	---

73		Орындықтардан секіру кезінде жартылай бүгілген аяқтармен секіріп түсуге үйрету. Допты жүріп және жүгіріп келе жатып, бір-біріне дөңгелету кезінде, доп қозғалысының бағытын сақтай білуге жаттықтыру. Қозғалыс координациясын, ептілікті, тепе-теңдік сезімін, назарын, кеңістіктік бағдарлауды, жалпы және ұсақ моториканы дамыту. Балаларда эмоционалдық пікір тудызу. Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, Балалардың шағын тобына арналған доптар, сақиналар: түрлі формадағы 2-6 таяқша	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық орындықпен жүру және дұрыс қалыпта секіру; - доптың қозғалыс бағытын сақтай отырып, допты бір-біріне дөңгелету; - жүру және жүгіру арқылы тапсырмаларды орындау. 3. Қимылды ойын: №20 Лақтыр	Қимылды ойын: №20 Лақтыр Мақсаты: Балалардың допты бір бағытта лақтыруын қадағалау және команда бойынша тапсырманы орындауын дағдыландыру. Балалар бір қатарға тұрғызылады. Қолдарына доп беріледі. Оң қолдарына допты жоғары ұстап, нұсқаушының сигналы бойынша допты бір бағытта лақтырып, орындарында тұрып, доптың бағытың бақылауы қажет. Нұсқаушының сигналы бойынша допты алып орындарына тұруы керек. Осылайша ойын 3-4 рет қайталанады.
----	--	---	---	--

74			Көктемнің соңғы жағындағы табиғаттағы өзгерістер туралы түсініктерді кеңейту, нақтылау және байыту. Өлең, қозғалмалы ойындар арқылы табиғатты оятуға қызығушылық туғызу және қолдау. Балабақша аумағында өсетін ағаштар мен бұталардың аттарын анықтау. "Табиғат жасақтары" эстафетасында өсімдіктерді күту бойынша қажетті жабдықтарды нақтылау. Балалардың денсаулығын нығайту, тыныс алу, қан айналымы органдарын дамытуға және функционалдық жетілдіруге жәрдемдесу, тірек-қимыл аппаратының дамуына жәрдемдесу. Тәртіп, өзін-өзі бағалау және өзін-өзі бақылауды тәрбиелеу.	1. ЖДЖ№ 1 2. НҚҚ: - "Табиғат жасақшылары "»; - "Тосынсый стадионы» - "Көңілді мәре» - Эстафета-поезд. 3. Қимылды ойын: №21 Кім жылдам	Қимылды ойын: №21 Кім жылдам Мақсаты: Балалар саппен келе жатып, нұсқаушы белгі берісімен жан-жаққа бытырап, ойнап кетеді. Екінші белгімен тез өз орындарына тұра қалады. Нұсқаушы 1,2,3, деп санағанша балалар тұрып үлгеруі керек. Кімнің тез дұрыс тұрғанын айтып береді.
----	--	--	---	---	--

№	Айы	Өтпелі тақырып	Мазмұны	Әдіс-тәсілдері	Қимылды ойын
75			Балаларды жылдамдыққа жүгіруге үйрету; екпінмен жүгіріп келіп секіруді қайталау, қапшықшаны лақтыру дағдыларын жетілдіру; бау жіптің астында жүруге жаттығу; ептілікті, күш-жігерін дамыту. Жабдық: Үрілген қапшықшалар, бау-жіптер	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: -екпінмен жүгіріп келіп секіру; - қапшықшаларды лақтыру; - бау-жіп астымен жүру 3. Қимылды ойын: №22 Өз орнында тап	Қимылды ойын: №22 Өз орнында тап Мақсаты: Бұл ойынның тағы бір аты үшіншісі артық деп аталады. Ойыншылар жұптасып, екеуден, бір-біріне арқасымен дөңгелек құрып тұрады. Ойынды бастаушы және жұбы жоқ ойыншы бастайды. Артық ойыншы қашып, бастаушы оны қуады. Міндеті-қашушы кез-келген жұптың алдына барып тұра қалады. Осы жұптағы үшінші ойыншы артық болады

76		Балаларды екпінмен жүтіріп келіп, ұзындыққа секіруге үйретуді жалғастыру. Допты себетке екі қолмен лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Шеңбер доға астында жүру білуін жетілдіру. Дене шынықтыру сабағына қызығушылық туғызу. Жабдықтар: балалардың шағын тобына арналған доптар; себет, 3-4 дана шеңбер.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - екпінмен жүтірген бойда ұзындыққа секіру; - допты себетке екі қолмен лақтыру; - шеңбер доға астында жүру. 3. Қимылды ойын: №23 Балықтар мен балықшылар	Қимылды ойын: №23 Балықтар мен балықшылар Мақсаты: Ойыншылар екі командаға бөлінеді. Бірінші команда балықтар, екінші команда балықшылар. Балықшылар шеңбер жасап тұрады, ал балықтар жүзіп шеңберден өту керек. Шеңберден өте алмаған балық балықшылар командасына қосылады.
77		Балаларды шыдамдылыққа дамыта отырып, секіру кезінде тепе-теңдікті сақтай отырып, жүтіруге жаттығу; допты домалата білуді қайталау; ептілікті дамыту. Ойын ережесін сақтай отырып ойнай білуге ұмтылуға тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, балалардың шағын тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - жоғары екпінде жүру; - бір орнында тұрған күйде ұзындыққа секіру; - заттар арасынан допты дөңгелетіп жүргізу. 3. Қимылды ойын: №24 Күн мен Түн	Қимылды ойын: №24 Күн мен Түн Мақсаты: Балалар бірі күн екіншісі түн болады. Олар бір-бірінен бөлек өз үйлері болады. Нұсқаушының көрсетуі бойынша екі команда да жаттығулар жасап тұрады. Нұсқаушы Күн деп белгі берген кезде сол топтың балалары уйне жеткізбей қуып жетулері керек Қолға түскен балалар қуушылар қатарына қосылады. Ойын алма кезек жүргізіліп отырады.

78		Гимнастикалық орындықтарда ішпен жылжу дағдысын дамыту, заттардан аттап жүру, секіру жаттығуларын дамыту; ептілікті, қимылдарды үйлестіруді дамыту. Жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, шаршылар (кубиктер)	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық орындықтардың үстінен ішпен жылжу; - заттардан аттап жүру; - шаршыдан (кубик) секіру 3. Қимылды ойын: №25 Қоян мен Аңшылар	Қимылды ойын: №25 Қоян мен Аңшылар Мақсаты: Аланның бір жағында аңшы келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әр бір уйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып жайылымда қос аяқтап секіріп жүреді. Нұсқаушы Аңшы дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады. Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.
79		Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. Орындықта жатқан күйде жылжи білуге үйрету. Гимнастикалық орындықтың жіңішке қырлы бөлігімен жүре білуін жетілдіру. Балалар ағзасын тыныс алу және көру гимнастикасы арқылы сауықтыру. Балаларда жалпақ табан болудың алдын алу үшін табан жаттығуларымен жұмыс жасау. Балаларды шығармашылық жағынан өзін-өзі танытуға ынталандыру, достық қарым-қатынасты дамыту. Жабдық: Жұмсақ төсеніш, гимнастикалық орындықтар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - бір орнынан ұзындыққа секіру; - орындық үстінде еңбектеу; - гимнастикалық орындықтың қырлы бөлігімен жүру; - тыныс алу және көру гимнастикасы. 3. Қимылды ойын: №26 Үйсіз қоян	Қимылды ойын: №26 Үйсіз қоян Мақсаты: Ойыншылардың арасынан бір бала аңшы қалғандары қоян болады. Олар шеңберде інде болады. Іннің саны қояндар санынан біреуі кем болады. Үйсіз қалған қоянды аңшы ұстамақшы болып қуалайды. Үйсіз қалған қоян кез-келген інге кіре береді. Егер аңшы қоянды ұстап алса олар орындарын ауыстырады. Ойын осылай жалғасады

80			Балалардың 2 мин бойы үздіксіз жүгіре білуін дамыту. Бір-біріне айналдыру дағдыларын жетілдіру, бір-біріне айналдыру кезінде доптың қозғалыс бағытын сақтай отырып жаттығу; тапсырмаларды орындай отырып, жүру және жүгіру. Балаларда эмоционалдық пікір туғызу. Жабдықтар: Балалардың кіші тобына арналған доптар, мат, кегли, аудиожазба	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ; - бір-біріне айналдыру; - екпеден а ұзындығында секіру; - қатарға қойылған кеглдер арасында жүгіру; 3. Қимылды ойын: №1 Аттар	Қимылды ойын: №1 Аттар Мақсаты: Балалар аттарды бейнелейді. Аланның бір шетіне шығып мынадай өлен шумағын айтады. Топ-топ түсіп төрт тұяқ Шоқырақтап шап атып, Құйрық-жалын сусылдап, Үш оғындай садақтың. Өзен шешіп тау асып, Шабысынаң таңба сен. Соңғы сөзді айта бергенде, балалар алға қарай ұмтыла секіреді. Нұсқаушының үйге деген белгісі бойынша, жай ғана орындарына оралады. Нұсқаушы өленді қайталайды.
----	--	--	--	--	---

81	Мамыр	Табиғаттың гүлденуі	Балаларды допты еденге лақтыруға және оны бір қолмен ұстауға, сондай-ақ допты жоғары лақтыруға және оны бір қолмен ұстауға үйретуді жалғастыру. Оң жақ және сол жақ бүйірімен кесіп өту білігін жетілдіру. Шектеулі бетті жанама қадаммен жүру дағдыларын дамыту. Достық, ұжымшылдық, бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу. Жабдықтар: Балалардың кіші тобына доптар, 5-6 дана шеңбер, гимнастикалық орындықтар.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты еденге лақтыру және оны бір қолмен ұстап алу; - допты жоғары лақтыру және оны бір қолмен ұстап алу; - оң және сол жақ бүйірінде пайда болу; - жанама қадаммен шектеулі бетіне жаяу; 3. Қимылды ойын: №2 Төбеде доп қуу	Қимылды ойын: №2 Төбеде доп қуу Мақсаты: Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Әр топтың ойыншылары бірінің артына екеуден сапқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдында болады. Команда бірінен бірі 3-4 метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады да, оны екі қолымен төбелеріне көтереді. Жетекшінің « Бастандар » деген командасы бойынша олар допты басынан асыра артындағы ойыншыға, осы әдіспен келесі ойыншыға береді. Ойын одан әрі қарай жүгіреді, сөйтіп өз тобының алдына келіп тұрады. Доп тағы да колонаның соңына кетеді. Ол топ капитандарының қолына екінші рет қайта тигейінше ойын осылай айнала береді. Капитан өз орнына келіп, бірінші болып, допты жоғары көтергенде команда ұтып шығады.
82			Жылдамдыққа жүгіре білуді дамыту. Допты жүруде және бір қолмен ұстай білуді жетілдіру. Жүгірумен және секірумен ойын жаттығуларын жүргізе білуін қалыптастыру. Ұлдардың қыздарға құрметпен қарауды тәрбиелеу. Жабдық: Балалардың кіші тобына доптар, шеңберлер 10 дана, 3 м-ден 2 таспалар.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - допты жүру және бір қолмен ұстап алу; - секіру "Классики»; - аяқ пен қолға тіреп, ішпен жоғары жүру; 3. Қимылды ойын: №3 тақия тастамақ	Қимылды ойын: №3 тақия тастамақ Мақсаты: Ойыншылар айнала шеңбер болып тұрады. Жүргізуші барлық ойыншыларды айналып өтіп, білдіртпей бір ойыншының артына тақияны тастап кетеді. Егер ойыншы бірден оны байқамаса, онда ол жүргізуші болады. Тақияны тапқан ойыншы жүргізушіні қуып жетіп, оған тақияны кигізу керек.

83		Балаларды көлбеу тақтамен жүруге және жүгіруге үйрету; алға жылжумен аяқтан аяққа секіруге үйрету; допты қабырғаға лақтыру және оны еденнен секіріп алғаннан кейін ұстай білуді жетілдіру. Тапсырмаларды орындау кезінде дербестікке тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Көлбеу тақта, балалардың кіші тобына доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - көлбеу тақтамен жүру және жүгіру; - алға жылжумен аяқтан аяққа секіру; - қабырғаға доп лақтыру және еденнен секіріп кейін оны ұстап; 3. Қимылды ойын: №4 Адымдап жүр	Қимылды ойын: №4 Адымдап жүр Мақсаты: Алаңда 2-3 қатар шығыршықты 60см жалпақ фанера қойылады. Әр қатарда 5-6 шығыршықтан. Белгі бойынша 2-3 бала шығыршықтан –шығыршыққа адымдап жүреді. Соңғы шығыршықта секіріп, алақан соғып орнына қайта оралады. Шығыршықтан шықпай, шығыршықтың шетіне тимей, баспай аралық адыммен жүру.
84		Балаларды арқаннан ұстап, тұрып жатып жатып жатып жатып жатып жатып жатып жатып жатып жатып ұстап, үйретуді жалғастыру. Көлбеу тақтамен бүйірмен, қосымша қадаммен жүре білуді жетілдіру. Екі аяқты қаппен, тізе арасында қысылған секірумен жаттығу. Дене шынықтыру сабағында оң пікір, ұйымшылдықты тәрбиелеу. Жабдық: Арқан, еңкіш тақта, қаптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - жатып, арқанды ұстау - тік тұрып, арқанды ұстау; - көлбеу тақтамен бүйірмен, қосымша қадаммен жүру; - екі аяқты қаппен, тізе арасында қысылған секіру; 3. Қимылды ойын: №5 Кегли	Қимылды ойын: №5 Кегли Мақсаты: Ойында түрлі-түсті кеглилер орнатылады. Оларды бір-бірінен 10-15 см қашықтықта орналастырады. Балалар 1-1,5 м жерден бір-бір доптан домалатады. Нұсқаушы балалардың қайсысының кеглиге тигізгенін белгілеп тұрады. Жеңілгеніне онша назар аудармай, тигізе алмағандарға көмектеседі.
85		Қозғалыс қарқынының өзгеруімен жүруді қайталау, іште гимнастикалық орындықта жүзу дағдысын дамыту; заттар арасында секіруді қайталау; ептілікті, қимылдарды үйлестіруді дамыту. Жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, кегли.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық орындықтар бойынша іште жүгіру; - пәндер арасында секіру; - қозғалыс қарқынының өзгеруімен жүру; 3. Қимылды ойын: №6 Балапандар	Қимылды ойын: №6 Балапандар Мақсаты: Ойыншылар үш топқа бөлінеді. Әр бәр топта отырған тауық және балапандары бар. Таңдап алынған үш лашын құстар балапандарға алақандармен тигізу қажет, содан кейін ойыннан құып шығылады. Отырған тауық өз балапандарын қорғайды. Шабуыл кезінде балапандарын қорғаған тауықтың қолы лашынға тисе ол ойыннан шығып қалады. Ойын жалғасады.

86		Қозғалыс қарқынының өзгеруімен жүре және жүгіре білуді қалыптастыру, доппен ойын жаттығуларын жүргізе білуді жетілдіру. Дене шынықтыру сабақтарына оң пікір қалыптастыру, ұйымшылдық Жабдықтар: Балалардың кіші тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ; - қозғалыс қарқынының өзгеруімен жүру және жүгіру; - допты ойын жаттығулары; 3. Қимылды ойын: №7 Жұбынды тап	Қимылды ойын: №7 Жұбынды тап Мақсаты: Балалар үш-төрт жалауша алады бірі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары, 4-5 адамнан бөлменің бұрыштарында топтасады. Әр түрлі жалаушалар (жасыл, көк, сары) қояды. «Өз жұбынды тап», деген жаңа сигнал бойынша балалар өздіріне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіреді.
87		Балаларды жүруде және бір-бірден жүгіруде колоннамен бір-бірден, лақтырып жүгіруде; тұрақты тепе-теңдікті сақтауда; алға жылжумен секіруде және допты лақтыруда жаттығады. Жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар,	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ; - колоннамен бір-бірден жүгіру және жүру - бір-бірден жүру және жүгіру; - жүру және жүгіру жүгіру врасыпную; - гимнастикалық орындықтың тар жағында жүру; - алға жылжумен секіру 3. Қимылды ойын: №8 Допты домалат	Қимылды ойын: №8 Допты домалат Мақсаты: Балаларға әр түрлі-түсті доптір немесе онша үлкен емес шағын ғана диаметрі 6-8 см шарлар беріледі де, оларды балалардан онша қашық емес жерге орналастырылған жалаушаға линияға дейін домалатып, жеткізген балаларды атап өтеді. Тапсырманы дұрыс орындағаны үшін алғыс айтады. Допты тағыда домалатуға мүмкіндік береді. Балалар допты бірнеше рет домалатқаннан кейін тәрбиеші оларды кәрзенкеге жинауды ұсынады.

88		Гимнастикалық орындықта жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін қалыптастыру. Екі аяқпен алға жылжу, еденнен жан-жаққа қарай секіру іскерлігін жетілдіру. Допты бір-біріне лақтыра білуді дамыту. Балалардың спортпен айналысуға деген ынтасын тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, кубиктер, Балалардың шағын тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық орындықтағы заттардан аттау арқылы жүру; - екі аяқпен алға секіру; - допты бір-біріне лақтыру. 3.Қимылды ойын:№9 Допты қуып жет	Қимылды ойын:№9 Допты қуып жет Мақсаты:Нұсқаушы балаларға доп салынған кәрзенкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзенкеден доптарды алып, балалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып, кәрзенкеге салады. Ойын қайталанады.
89		Қол доптарын бастарынан асыра ұстау арқылы гимнастикалық орындықта жүруді дамыту. Алға жылжи отырып, екі қолға секіру, бір қолмен қатарлардың арасына доп лақтыру және еденнен секіріп алғаннан кейін оны екі қолмен ұстап алу білігін бекіту. Ереже бойынша ойнауға ұмтылысты тәрбиелеу Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, үрілген доптар, балалардың шағын тобына арналған доптар	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - гимнастикалық орындықта жүру, бастарынан қол доптарын аттап жүру ; - алға жылжумен екіге секіру; - бір қолмен қатарлардың арасына допты лақтыру және оны екі қолмен еденнен секіріп алғаннан кейін ұстап алу; 3.Қимылды ойын: №10«Қасқыр мен қояндар»	Қимылды ойын: №10«Қасқыр мен қояндар» Мақсаты: Қасқырды тандап алады, қалған қатысушылар қояндар болады. Нұсқаушының дабылы бойынша қояндар секіреді,екінші дабыл кезінде қозғалмай қатып қалады да ағаш қалпын бейнелейді. Осы кезде қасқыр айналып жүріп, қозғалып тұрған адамды іздейді. Ұсталынған адам қасыр болады.

90	-	Балаларды сапта бір-бірден және ұйықтайтын заттар арасында жүруде және жүгіруге жаттықтыру; доппен жаттығуларда ептілікті және көзбен жобалауды дамыту; шеңберде тұрып жасалатын жаттығуларды қайталау. Спортпен айналысуға тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Кегли, шағын топтың балаларына арналған доптар, шеңбер.	1. ЖДЖ № 1 2. НҚҚ: - колонна заттары арасында бір-бірлеп жүру және жүгіру; - доппен ойын жаттығулары; - белдікпен тепе-теңдік жаттығулары. 3. Қимылды ойын: №11 «Бәйге»	Қимылды ойын: №11 «Бәйге» Мақсаты: Ойыншылар жұптасып бір-біріне кедергі жасамайтындай орналасып, мәре сызығына тұрады. Бірінші ойыншы ат қолын артқа қарай созып, ал екінші ойыншы атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі оның қолынан ұстап екеуі жұптасып жүгіреді. Бірінші келген атбегі ілулі тұрған оюлы орамалды секіріп алуы керек.
----	---	---	--	---