

Перспективалық жоспар

Дене шынықтыру

Ортаңғы топ

2021- 2022 оқу жылы

Қыркүйек айы

Өтпелі тақырып: «Балабақша»

Мақсаты: Балаларда әлеуметтік дағдыларды, мектепке дейінгі ұйымға, топқа, балалар мен ересектерге сүйіспеншілік сезімді қалыптастыру.

Міндеті: Балабақшадағы сыйластыққа үйрету. Ұжымдық қарым-қатынас дағдыларын дамыту. Балабақша қызметкерлерінің еңбегіне құрметпен қарауға тәрбиелеу.

	Тақырыбы	Мазмұны	Көрнекілік тер	Қимылды ойындар	Сағат саны
I - апта	№1. Нарғызға қонаққа барамыз	Меңгерген іскерлік , ептілік дағдыларды бекітіледі: шағын топпен тұру, педагогтың соңынан жүру, жүгіреді. Тура жолмен жүруге үйретеді. Орында тұрып қос аяқпен секіруге үйренеді. Шағын топпен жүру, жүгіру кезінде қолды еркін қалыпта ұстап жүруге жаттықтырады. Педагогтың тапсырмасын тыңдау, орындау, белгі бойынша тоқтау дағдыларын дамытады. Икемділікке тәрбиелейді.	Қоңырау	Қоңырау қайдан естіледі? Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Мұғалім бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші апай басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады.	1
	№2. Нарғызға қонаққа барамыз	Тура жолмен жүруге үйретеді. Орында тұрып қос аяқпен секіру дағдыларын бекітеді. Меңгерген іскерлік, ептілік дағдыларды бекіту: шағын топпен тұру, педагогтың соңынан жүру, жүгіреді. Шағын топпен жүру, жүгіру кезінде қолды еркін қалыпта ұстап жүруге жаттықтырады. Педагогтың тапсырмасын тыңдау, орындау, белгі бойынша тоқтау дағдыларына баулиды. Зейінділікке тәрбиелейді.	Жалаушалар	Жел көбік Балалар бір-бірінің қолынан ұстап, жақын-жақын дөңгелене тұрады. Тәрбиешіге қосылып олар мына өлеңді айтады: Көпіре гөр көбік шар, Көпіре бер кеңіп шар. Осы күйі қал тұрып, Кете көрме жарылып. Өлеңді айтып бара жатып балалар дөңгелек шеңберді кеңейте түседі. Тәрбиеші: «Жел көбік жарылды» деген кезде барлық балалар қолдарын төмен түсіріп, бірдауыспен: «Тарс етті», - дейді де тізірлеп отыра кетеді. Тәрбиеші жаңа көбік үрлеуді ұсынады: балалар орынан тұрады, қайтадан дөңгелектеніп, ойын қайта басталады.	1
	№3. Көңілді пойыздар	Тізбектеп жүруді үйретеді. Мұғалімнің белгісі бойынша бағытпен жүріп, тоқтауды үйретеді. Қимыл үйлесімділігін дамытады. Балаларды шапшаңдылыққа, икемділікке	Кеглилер, Атрибуттар: құстар, мысықтар	Кішкене құстар мен мысық Тәрбиеші учаскеде үлкен дөңгелек (бөлмеде, залда оны жіппен де істеуге болады) сызады. Балалар дөңгелектің сыртын айнала тұрады. Бір баланы	1

		тәрбиелейді		мысық етіп тағайындайды, ол ортада тұрады, қалған балалар – кішкене құстар. Мысық ұйықтайды (көзін жұмады), ал кішкене құстар дөңгелектің ішіне келіп, сонда ұшып жүреді, отырады, дән шокиды. Мысық оянады да кішкене құстарды ұстай бастайды, ал олар шеңбердің сыртына қашады, Ұстаған құстарын мысық шеңбердің ортасына апарады. Тәрбиеші олардың қанша екенін санайды. Ойын басқа мысықпен қайталанады.	
II - апта	№4. Көңілді пойыздар	Қалыпты жағдайды сақтауды, ұзын арқанның бойымен жүруді үйретеді. Қимыл үйлесімділігін дамытады. Төзімділікке тәрбиелейді.	Ұзын арқан, доптар	Допты қуып жет Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзеңкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзеңкеден доптарды алып, балалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып кәрзеңкеге салады. Ойын қайталанады. Балалар қанша болса, допта сонша болуы керек. Олардың әрқайсысы допты қуып жетіп, кәрзеңкеге салатын болсын.	1
	№5. Сылдыр-сылдыр сылдырмақ	Ирелең жолмен жүруге, қос аяқпен секіруге (аяқ бірге-аяқ алшақ) үйретеді. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүгіру; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстау бағдыларын бекітеді. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулиды. Икемділікке тәрбиелейді	Кеглилер, жалаушалар , тауықтың атрибуттары	Бақшадағы тауықтар Рейканың немесе жіптің көмегімен аздаған жер қоршалады. Ол- бақша. Одан қашық емес жерге орындық қойылады, бұл күзетшінің ролін алғашқыда тәрбиешінің белгілеумен белсенді балалар атқарады. Қалған балалар – тауықтар. Күзетші орындыққа отырған бойда тауықтар огородқа түседі, қорғанның астынан өтіп, бақшада жүгіреді, башаны шұжиды, қытқылдайды. Күзетші тауықтарды байқап, оларды бақшадан қуа бастайды- алақанын шапалақтайды, «Қыш-қыш» деп дауыстайды. Тауықтар қашып кетеді. Қорықшы бақшаны бір айналып шығады да қайтадан отырады. Ойын қайта басталады. Одан кейін басқа күзетші тағайындалады. Ойын осылайша 4-5 рет қайталанады.	1

III – апта	№6. Сылдыр-сылдыр сылдырмақ	Қос аяқпен секіру (аяқ бірге-аяқ алшақ); бір-біріне доп домалатуды үйретеді. Ирелең жолмен жүреді. Қос аяқпен секіреді (аяқ алшақ-аяқ бірге) дағдыларын бекітеді. Музыканың басталуын сезіну, музыкаға сәйкес жүру; сөздер қайталау және оны орындау дағдыларын қалыптастырады. Икемділікке тәрбиелейді	Доп, түрлі түсті жалаушалар орындықтар	Өз түсінді тап Балалар үш-төрт жалаушалар алады. Біріншісі- жасыл, екіншісі-көк, үшіншісі- сары жалауша алады да 4-6 баладан бөлменің немесе алаңның бұрыштарында топтасады. Әр бұрыштағы орындықтың үстіне тәрбиеші әр түрлі жалаушалар (жасыл, көк, сары,) қояды. Тәрбиешінің: «Қыдыруға барындар», деген сигналы бойынша балалар топтанып немесе жеке- жеке алаңды немесе бөлмені аралап кетеді. «Өз түсінді тап », - деген жана сигнал бойынша балалар өздеріне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіреді.	1
	№7. Көңілді доптар	Көңілді доптар Допты бір-біріне қимылдатып лақтыруды үйретеді. Денесінің икемділігін дамытады. Ептілікке, төзімділікке тәрбиелейді	Баскетбол добы, жалаушалар	Ұшақтар Балалар алаңның әр жерінде 3-4 жалаушалармен белгіленген колоннамен тұрады. Ойнаушылар ұшақтарды бейнелейді. Олар ұшуға әзірленеді. Тәрбиешінің: «Ұшуға әзірленіндер!» деген сигналы бойынша балалар қолдарымен қимыл жасап, моторды іске қосқан болады. Педагог: «Ұшындар», - дейді. Балалар қолдарын екі жаққа жазып, алаңда жан-жаққа бытырап, ұшып жүреді. Тәрбиешінің : «отырындар» деген сигналы бойынша ұшақтар өз орындарын тауып, жерге қонады: балалар колоннаға тұрып, бірге тізілеп отырады. Тәрбиеші қай колоннаның тез сапқа тұрғанын атап өтеді. Алғашқы кезде колоннаның бастаушысы етіп екпіндірек балаларды белгілеу керек. Балаларды жеңілдірек жүгіруіне назар аударған дұрыс	1
	№8. Көңілді доптар	Доппен әр түрлі қимылдар жасауды үйретеді. Қимыл үйлесімділігін дамытады. Балаларды шапшаңдыққа төзімділікке тәрбиелейді	Доптар Атрибуттар: тышқан мен мысық	Тышқан мен мысық Ойын мақсаты: балаларды шапшаң әрі шыдамды, ұйымшылдыққа үйрету. Ойын шарты: Бұл ойынға топ балалары бәрі тегіс қатыса алады. Балаларды (қапқа қалын) дөңгелене тұрғызып, ортаға тәрбиеші көмегімен тышқанмен мысық сайланады. Мысық тышқанды қуып ұстап алуы керек. Дөңгелене тұрған балалар тышқанды яғни мысықтан құтқару үшін, қақпадан тышқанды шығарып діберіп мысықты шығармауға тырысады. Мысық тышқанды ұстау үшін	1

VI - ауға				шапшаңдық керек. Мысық тышқанды ұстап алса, ойынға келесі жаңа балалар қатыса отырып алмаса береді.	
	№9. Тауық пен балапандар	. Бір-біріне допты домалатуды үйретеді. Допты домалату кезінде қолдың қозғау күшін, қимыл үйлесімділігін, ұсақ сезім мүшелерін дамытады. Төзімділікке тәрбиелейді	Доптар, кегли,	Кегли Ойынды пласмассада жасалған кеглилер қолданады. Оларды бір-біріне 10-15 см қашықта орналастырады. Балалар 1-1,5 м жерден бір-бір доптан домалатады. Тәрбиеші балалардың қайсысың кеглиге тигізгенін белгілеп тұрады; жеңілгеніне онша назар аудармай, тигізе алмағандарға көмектеседі.	1
	№10. Тауық пен балапандар	. Бір-біріне допты домалатуды үйретеді. Допты домалату кезінде қолдың қозғау күшін, қимыл үйлесімділігін, ұсақ сезім мүшелерін дамытады. Төзімділікке тәрбиелейді	Доптар, құрсау	Құрсауды дөңгелет Үш-төрт бала тәрбиешіге қарама-қарсы 1,5-2 м жерде тұрады. Тәрбиеші құрсауды кезекпен әр балаға қарай дөңгелетеді, ол ұстайды да керсінше тәрбиешіге қарай дөңгелетеді. Балалар құрсауды дөңгелетуді және ұстауды жақсы үйренген кезде бір-бірімен өздері ойнай алады.	1
	№11 Велосипед тебу	. Үш дөңгелекті велосипедпен таныстырады. Ересектердің көмегімен және көмегісіз түсуге үйретеді. Мұғалімнің көмегімен рөлді басқару дағдысын дамытады. Қауіпсіздік ережесін сақтауға тәрбиелейді	Үш дөңгелекті велосипед	Жүгіріп өтуге үлгер Тәрбиеші балалардың біреуімен жіптің екі ұшын (оның ұзындығы 3-4м) ұстап, оны жүгіріп келе жатқан балалардың бағытына қарай жайлап айналдырады. Балалар бірінен соң бірі, жіп жоғары көтерілген кезде, жіптің астынан жүгіріп өтуге үлгеру қажет.	1
	№12. Велосипед тебу	. Үш дөңгелекті велосипедпен жүруге үйретеді. Қимыл белсенділігін арттыру. Шапшаңдыққа, ептілікке тәрбиелейді.	Үш дөңгелекті велосипед Атрибуттар: торғайлар	Торғайлар мен автомобиль Алаңның шекарасы сызылады немесе жалаушаламен белгіленеді. Алаңның бір жақ шетінде орындықтарда немесе скамейкаларда торғайлар отырады. Алаңның екінші жақ шетінде автомобиль тұратын жер (гараж) белгіленеді. Тәрбиеші: «торғайлар ұясынан ұшады», - дейді. Балалар скамейкаларынан секіріп-секіріп түсіп (олардың биіктігі 10-15 см), қолдарын екі жаққа жазып, әр түрлі бағытта жүгіре бастайды, қос аяқтап секіреді. Гудок беріледі де автомобиль (белгіленген бала) көрінеді. Торғайлар үркіп, ұяларына ұшып кетеді (әрқайсы өз орындарына-ұяларына барады). Автомобиль гаражға оралады. Ойын басқа автомобильмен қайта басталады. Ойында автомобиль болып ойнайтын балаларға руль беруге болады.	1

				Тәрбиеші балалардың шеңберденшығып кетпеуін бақылайды. Ойынға «дән шұқылауын» енгізуге болады. Тәрбиеші: «кішкене құстардың жем жегісі келеді, дән шұқи бастайды»,- дейді. Осы сөзді естіген кезде, балалар тізерлеп, отырып қалады да саусақтарымен еденді немесе жерді соға бастайды.	
--	--	--	--	---	--

Перспективалық жоспар

Дене шынықтыру

Ортаңғы топ

2021- 2022 оқу жылы

Қазан айы

Өтпелі тақырып: «Қош келдің, Алтын күз!»

Максаты: Күздегі табиғат құбылыстарының өзгерістерімен таныстыру.

Міндеті: Мезгілдерге тән табиғаттағы өзгерістер, өсімдіктер мен жануарлардың тіршілігіндегі өзгерістер, күн мен түннің ұзақтығын айыруды үйрету. Өзін қоршаған орта туралы ойын жеткізе білу қабілеттерін дамыту. Күзгі табиғаттың әсемдігін сезіне білуге және оны қорғауға тәрбиелеу.

I - апта	№13. Күшікке қонакқа барамыз	Шеңбер құру, шеңбер бойы жүру және жүгіруге жаттықтырады. Қос аяғымен бір мезгілде екпінмен серпіліс жасай білу дағдыларын бекітеді. Жаттығулар орындау кезінде тынысты тоқтатпау дағдыларын қалыптастырады. Музыка ырғағына сәйкес қимылды жай, шапшаң, ырғақты орындау қабілетін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді.	Жалауша, күн мен жаңбырдың суреттері	Күн және жаңбыр Алалар алаңның бір шетінен немесе бөлменің қабырғасынан біразырақ жерге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге»(орындықтың арқасындағы тесікке) қарайды. Тәрбиеші: «Аспан ашық, күн шығып тұр! Серуенге шығуға болады», - дейді. Балалар бүкіл алаңда жүгіріп жүр. «Жаңбыр! Тез үйге жүгіріңдер!» деген сигналды естіп, бәрі өз орындарына қарай жүгіріп келіп, орындықтардың артына отырады. Тәрбиеші қайтадан : «Күн шықты! барыңдар, серуендеңдер», - дейді, ойын қайта басталады.	1
	№14. Күшікке қонакқа барамыз	Қос аяғымен бір мезгілде екпінмен серпіліс жасай білу дағдыларын бекітеді. Жаттығулар орындау кезінде тынысты тоқтатпау дағдыларын қалыптастырады. Музыка ырғағының өзгеруіне сәйкес қимылды жай, шапшаң, ырғақты орындау қабілетін дамытады. Ұқыптылыққа тәрбиелейді	Қоянның атрибуты	Аңшы мен қояндар Алаңның бір жағында аңшының орны қоршалған. Екінші жағында кішкентай дөңгелектермен қояндардың орындары белгіленеді. Әр қоршауда 2-3 -тен қоян бар. Аңшы қояндардың ізін іздеп жүрген адам сияқтанып, алаңды бір айналып өтеді де орына келеді. Тәрбиеші: «Қояндар жазық алаңға шықты», - дейді. Қояндар өздерін қоршаған дөңгелектерден жүгіріп шығып, қос аяқтап секіреді, алға қарай жылжиды. Тәрбиеші: «Аңшы» деп дауыстаған кезде, қояндар тоқтайды, аңшыға арқасымен бұрылады, ал аңшы орынан қозғалмастан, оларға доп лақтырады. Доп тиген қоян атып өлтірілген болып саналады, да аңшы оны алып кетеді. Ойын үш рет қайталанғаннан кейін, атылған қояндардың саны алынады, басқа аңшы белгіленеді, ойын жалғастырыла беріледі.	1
	№15. Сумен шынықтыру	Ұсақ тастары салынған су ваннасымен таныстырады. Су температурасын сақтауға үйретеді. Берілген нұсқауды бұлжытпай орындау дағдысын	Ұсақ тастар салынған су ваннасы, проектор, жалауша	Жалаушаны тап(қайда тығылғанын тап) Балалар бөлменің қабырғасынан жағалай ұзына-бойына немесе алаңның бір жағына отырады. Тәрбиеші балаларға жалаушаны көрсетеді де, оны жасыратынын айтады. Тәрбиеші балаларға орындарынан тұрып. Теріс қарауды ұсынады. Бұдан кейін балалардың ешқайсысына қарамай тұрғанына көзі жеткенен	1

		дамытады. Ұқыптылыққа, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді.		кейін, жалаушаны жасырады да: «Ал іздендер,»-дейді. Балалар тығылған жалаушаны іздей бастайды. Жалаушаны кім бірінші болып тапса, сол ойын қайталаған кезде жалаушаны жасырады. Жалаушаны балалар бірден таба алмай тындай етіп жасыру керек. Бірақ, егер балалар жалаушаны ұзақ уақыт таба алмаса, онда тәрбиеші жалауша тығылған жерге келіп, сол маңнан іздеуді ұсынады. Жалаушаны бала жасыратын кезде, оған дұрыс орын табуға көмектесу керек. Жалаушаны басқа нәрсемен ауыстыруға болады.	
II - апта	№16. Сумен шынықтыру	Нұсқаушыны тындап берілген тапсырманы дұрыс орындауға үйретеді. Қауіпсіздік ережесін сақтау дағдысын дамытады. Ұқыптылыққа, икемділікке тәрбиелейді.	Ұсақ тастар салынған су ваннасы, жалаушалар Атрибуттар: мысық, балапандар	Торғайдың балапандары мен мысық. Балалар бөлменің қабырғасына жағалай қойылған кішкентай скамейкада, үлкен текшелердің үстінде тұрады. Бұл үйтөбесінден емесе ұяларда отырған торғайлардың балапандары. Шеткі ректе мысық отырады, оның ролін балалардың біреуі орындайды. Тәрбиеші: «Торғайлар балапандары ұшты», - дейді. Торғайлар балапандары төбеден емесе ұялардан секіріп-секіріп түсіп, қанаттарын қағып, яғни қолдарынекі жағына созып, бөлменің ішінде жүгіріп жүреді, Бұл уақытта мысық ұйықтап отырады. Бірақ мысық тез ояна қалды, «мияу-мияу» деп керіліп алады доторғайдың балапандарынуа жөнеледі. Олар үйдің Төбесінен емесе ұяларына, өз орындарына баруы керек. Ұстаған торғайлар балапандарын мысық үйіне алып кетеді.	1
	№17. Тышқандар	Қос аяқпен секіруді (аяқ бір-бірге аяқ алшақ) үйретеді. Сап тізбекке бір-бірден тұру; секіру (аяқ бір-бірге аяқ алшақ) қимылдырын бекітеді Икемділікке тәрбиелейді	Гимнастикалық қабырға, ұзын жіп	Ормандағы аюда ... Алаңның бір шетінен сызық жүргізілді. Бұл орманның шеті. Сызықтың арғы сыртынан екі-үш қадам жерде аюдың жататын жері сызылып белгіленді. Алаңның қарсы жақ шетінде сызықпен балалардың үйі белгіленеді. Тәрбиеші ойнаушы балалардың біреуін аю етіп тағайындайды. Қалған ойыншылар – балалар: олар үлерінде отырады. Тәрбиеші: «Серуендеп келіндер», - дейді Балалар орманның шетіне барып, саңырауқұлақ басқа да жеміс-жидек теріп жүріп, істеп жүрген тірлегіне ұқсас қимылдар жасайды, (еңкейді және денесін тік ұстайды), сөйтіп, мынандай өлең айтады: Аю жүрген орманнан, Жидек тердім сол маңнан. Аю отыр гүрілдеп, Жарамайды мұның деп. Ойнаушы балалар «гүрілдеп» деген кезде аю гүрілдеп тұрған кезде олар үйлеріне қашады. Аю оларды ұстағысы келеді.	1

III - анги				Ұстағандарын аю өзіне алып кетеді. Балалар қайтадан саңырауқұлақ, жеміс-жидек тере бастайды. Аю екі-үш баланы ұстағаннан кейін, қайтадан жаңа аю белгіленеді немесе жаңадан таңдалады және ойын қайта басталады	
	№18. Тышқандар	Тура бағытта төрттағандап еңбектеуге үйретеді.. Бір-бірден сап-тізбекке тұру; тоқтап және тапсырманы орындай жүру дағдысын дамытады. Музыкаға сәйкес қимыл жасауға тәрбиелейді.	Туннель, әр түрлі ойыншық тар,	Өз үйінді тап Ойыншылар 3-4 кішкентай аласа ұзынша орындықтарда отырады. Барлық балаларда әдемі үлкен ойыншықтар: бірінші тұрған ұзынша орындықта қуыршақ, екіншісінде -ит, үшіншісінде-мысық, төртіншісінде-аю, қоян. Тәрбиешінің «Серуенге шығамыз» деген нұсқаумен барлық балалар орындарынан тұрып тәрбиешінің соңынан жүреді.Серуен барысында балалар түрлі қозғалыс қимылын орындайды (секіреді,жүгіреді, жүреді). Тәрбиешінің «Жаңбыр жауа бастады» деген нұсқаумен балалар өз үйлеріне қарай жүгіреді. Ойынды қайталау барысында, тәрбиеші балаларға білдірмей ойыншықтардың орынын ауыстырып қояды. Балалар өз үйлерін тез, адаспай табуы керек.	1
	№19 Қағып ал	Мұғалімнің лақтырған добын қағып алуды үйретеді. Қимылды бір-біріне соқтығыспай орындау дағдыларын дамытады. Дұрыс секіре білуге тәрбиелейді	Доптар	Күн мен жаңбыр Балалар ашық алаңда еркін ойнап жүреді, гүл тереді, көбелек қуады, секіреді, жүгіреді.т.б. Тәрбиеші «Жаңбыр жауды!» дегенде балалар пана іздеп, үйшіктерге тығылады. Тәрбиеші «Күн шықты!» дегенде балалар қайта алаңға шығып ойындарын жалғастыра береді.	1
	№20. Қағып ал	Аралары 1 метр қашықтықта тұрып, мұғалімнің лақтырған добын қағып алуды үйретеді. Доппен ойнай білу қабілетін дамытады.Берілген тапсырманы дұрыс орындай алуға тәрбиелейді.	Доптар	Қара құлақ Ойынға 5-10 бала қатысады. Олар оңаша жерге топталып өз араларынан бір баланы қазық етіп белгілейді. Қазық тұрған жерінде қозғалмай тұрады. Басқалары әрі кетеді. Содан кейін ойынға қатысушылар қазықты алыстан қоршап бірте-бірте жақындай түседі Таяп келіп мынау кім? –деп бір-бірінен сұрасады. Біреуі ойбай бұл қарақұлақ қой!-деп қаша жөнеледі.Қалғандары да – қарақұлақ, қара құлақ!-деп бытырай қашады. Қарақұлақ біреуін ұстау үшін тұра қуады.Ұсталған бала қарақұлақ болып,ойын әрі қарай жалғасады	1
	№21 Көжектер	Допты қақпа арқылы домалатуға үйретеді. Берілген белгіге көңіл аударуға; қос аяқтап алға секірге жаттықтырады. Көзмөлшерін дамыту және табан бұлшықеттерін нығайтады. Икемділікке тәрбиелейді	Қақпа, доп	Допты қуып жет Ойын мақсаты: балаларды шыдамды,сабырлы қалыпта берілген белгіні тыңдауға,тез жүгіруге,түсетерін, көлемін ажырата білуге баулу. Ойынның шарты:бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқаруымен қатыса алады.Тәрбиеші доптарды себетке салып алып,балалардың алдына домалатып жібереді.»Допты қуып жет»деген белгі бойынша ,балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек.	1

				к/құралдар: түрлі-түсті ,үлкен-кішілі доптар.	
VI - апта	№22. Көжектер	Допты қақпа арқылы домалатуға үйретеді. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға, қосаяқтап алға жеңіл жылжи секіруге жаттықтырады. Қозмөлшерін дамыту және табан бұлшықеттерін нығайтады. Ұқыптылыққа тәрбиелейді.	Қақпа, доп, туннель, орындықтар	Орын тап. Екі жұп арқасын түйістіріп қойған екі орындыққа айналып музыканың сүйемелдеуімен билейді.Музыка кілт тоқтағанда, тұрған екі орындыққа отырып үлгеруі керек,орын алмай бос қалған екі адам айып төлейді, ән салу,би билеу, жұмбақ , жаңылтпаштар қайту	1
	№23. Жүріп өт	Еден үстінде жатқан заттардың арасымен жүруді үйретеді. Мойын. иық және қолдың бұлшық еттерін дамытады. Тепе-теңдік сақтап жүруге және ептілікке тәрбиелейді.Жүріп өт	Ұзын жіп, шығыршық, әр түрлі ойыншық тар	«Ұшты-ұшты» Педагог балаларға ұшты-ұшты қарлығаш ұшты дегенде балалар қолдарын көтеріп ұшады, педагог ұшты-ұшты орындық ұшты десе отыра қалады.	1
	№24. Жүріп өт	Еденнің үстінде жатқан заттардың арасымен адымдап жүруге үйретеді. Кеңістікті бағдарлауға дағдыландыру. Берілген тапсырманы дұрыс орындай алуға тәрбиелейді..	Ұзын жіп, шығыршық, әр түрлі ойыншық тар	Орын тап. Екі жұп арқасын түйістіріп қойған екі орындыққа айналып музыканың сүйемелдеуімен билейді.Музыка кілт тоқтағанда, тұрған екі орындыққа отырып үлгеруі керек,орын алмай бос қалған екі адам айып төлейді, ән салу,би билеу, жұмбақ , жаңылтпаштар қайту.	1

Перспективалық жоспар

Дене шынықтыру

Ортаңғы топ

2021- 2022 оқу жылы

Қараша айы

Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

Мақсаты:Отбасы, ана, әке, ата, аға, әпкенің рөлі; Отбасы мүшелерінің міндеттері туралы; Отбасының барлық мүшелеріне сүйіспеншілік туралы түсініктерін кеңейту.

Міндеті:Ұлттық, тәрбие бастаулары арқылы үлкенге ізет, кішіге қамқорлық тәртіп ережелерін сақтауға үйрету. Отбасына деген жығымды қарым-қатынастарын дамыту. Адамдарға қайырымды болуға, ұқыпты және тәртіпті болуға тәрбиелеу.

I - апта	№25. Қонжықтар	Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге; көтеріңкі (зат үстінде) тіреуде статикалық тепе-теңдікті сақтауды; заттарды сол және оң жағынан айналып өтуін бекітеді.Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіреді Икемділікке тәрбиелейді.	Құм салынған қап, қоңырау	Қоңырау қайдан естіледі? Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Мұғалім бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды соғыңдар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағыда қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Ойын осылайша жалғаса береді.	1
	№26. Қонжықтар	Допты қақпа арқылы домалатуды үйретеді. Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге, көтеріңкі (зат үстінде) тіреу статикалық тепе-теңдікті сақтауды, заттарды сол және оң жағынан айналып өтуін бекітеді. Көзмөлшері мен ептілікті дамытады. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелейді	Доптар, қақпа, түрлі ойыншықтар	Өзіне жұп тап. Тәрбиеші ойнаушыларға негізгі түстен бір -бір жалаудан таратады. Данғыраның белгісімен, шапалақпен – жалауын көтеріп алаңда жүгіреді. Келесі белгімен – данғыраны бірнеше ұрғылаумен, шапалақпен, «Өзіне жұп тап»- деген сөзбен, түстері бірдей жалаулары бар балалар жұп құрады. Әр жұп өз беттерімен фигура жасайды. Жұпсыз қалғандарға ойнаушылар мынадай сөздер айтады: «Арман, Арман, аузыңды ашпай, тезірек жұбыңды таба ғой». Содан кейін белгі бойынша барлығы алаңға жүгіріп келеді: 5-6 рет ойын қайталанады.	1
	№27. Әуенмен бірге	Бір қалыпты жағдайды сақтауды, сапқа музыка арқылы кіруді, қатарға бір-бірден тұруды үйретеді. Музыканы тыңдай білуге дағдыландырады. Музыка ырғағына сәйкес еркін қимыл жасауға тәрбиелейді	Жалауша	Тығылмақ Тәрбиеші санамақ арқылы жүргізуші сайлап алады. Жүргізуші тәрбиешінің қасында немесе белгіленген жерде көзін жұмып тұрады, ал басқа балалар тығылады. Жүргізуші: « 1-2-3-4, іздеуге шықтым». Тауып алған баланың атын атайды. Осылай 3-4 баланы тапқан соң басқа баланы сайлайды.	1
	№28. Әуенмен бірге	Әуенмен бірге Ырғақты музыка арқылы қимыл-	Жалауша, скамейка	Қояндар мен қасқыр Бір бала қасқыр болады, ал қалған балалар қояндар болады.	

III - апта		қозғалыстарға үйретеді. Музыканы тыңдай білуге дағдыландырады. Жаттығу жолдарын дұрыс жасай білуге тәрбиелейді.	Атрибуттар: қояндар мен қасқыр	Қояндар өз үйлерінде тығылып жатады, ал қасқыр өзінің апанында жатады. Тәрбиеші: - Секендеңдер қояндар, Жүгіріңдер жортыңдар- деген кезде, қояндар үйлерінен шығып секендеп ойнайды. Осы кезде қасқыр апанынан шығып қояндарды қуа жөнеледі. Ұстап алған қояндарды апанына апарады. Осылай 3-4 қоянды ұстағаннан кейін ойынды басқа бала жалғастырады. Ойын 2-3 рет ойналады.	
	№29. Тиінге қонаққа барамыз	. Жай жүру, аяқтың ұшымен жүру, жүгіру; бытырап, бір-біріне соқтығыспай, заттарды айнала жүреді. Басты дұрыс ұстап, табанға толық басып жүру. Екі аяқпен бір мезгілде серпіле қос аяқтап алға жылжи секіру және жерге жеңіл, аяқтың ұшымен конуға үйретеді. Қимылды белгілі тәсілмен, белгіленген бағытта нұсқау бойынша бастап, орындап, аяқтауға тәрбиелейді. Дене бітімінің дұрыс дамуын қадағалайды. Икемділікке тәрбиелейді.	Атрибуттар: қаз бен түлкі	Қаздар мен түлкі Қаздар алаңның бір жағында жүреді. Ал алаңның екінші жағында балалар орындықта тұрады. Алаңға қарама қарсы жақта түлкінің үйі орналасқан. Қаздар жайылып қанаттарын қағып жүреді, тәрбиешінің белгісімен түлкі келді-деген кезде қаздар ұша жөнеледі, үйлеріне барып қонады. Түлкі қаздарды қуа жөнеледі, ұстаған қаздарды ініне апарады. Ойын 4-5 рет қайталанады.	
	№30. Тиінге қонаққа барамыз	Токтап және тапсырманы орындай жүгіру, текшенің үстінде тепе-теңдік сақтап тұру. Қос аяқпен алға жылжи секіруді; қойылған заттардың арасымен «ирелендеп» еңбектеуге үйретеді. Қимылды белгілі тәсілмен, белгіленген бағытта нұсқау бойынша бастап, орындап, аяқтауға тәрбиелейді. Музыкаға деген әсерленушілік сезімін бекітеді. Дене бітімінің дұрыс дамуын қадағалайды. Ұқыптылыққа тәрбиелейді.	Гимнастикалық скамейка, кеглилер, атрибуттар: сұр қоян	Сұр қоян жуынады Балалар шеңбер жасап тұрады. Қоян болған бала ортаға шығады. Балалар: Қоян, қоян тұршы, Беті, қолды жушы Айнаға қарашы Шашыңды тарашы Енді бізді қушы. Қоян қимылмен көрсете отырып жасап, тұрады. Енді бізді қушы дегенде, балаларды қуа жөнеледі. Ойын 4-5 рет қайталанады.	
	№31. Кенгуруға қонаққа барамыз	Бір орыннан ұзындыққа секіруді үйрету. Дене қимылдарын дамыту. Балаларды шапшаңдыққа, икемділікке тәрбиелейді. Балалардың қимыл тәжірибесін дағдыландырады.	Ұзын жіп, өлшеуіш құрал. Атрибуттар: қойлар мен қойшы	Қойлар мен қойшы Қойшы сайланып алады. Қалған балалар қойлар болады. Қойшының құралдарын береді. Қойлар алыста жайылып жүреді. Қойшы алыстан бақылап тұрады. Тәрбиеші: Қойшы шықты ертемен,	

VI - апта		Тапсырманы дұрыс орындай білуге тәрбиелейді.		Қойларын бағып далаға. Қойлар маңырайды, Сонан соң жамырайды, - деген кезде қойлар жан-жаққа жамырайды. Ал қойшы оларды жинақтап қораға әкеліп қамайды. Басқа қойшыны сайлайды. Ойын 3-4 рет қайталанады.	
	№32. Кенгуруга қонаққа барамыз	Бір орыннан ұзындыққа секіруді үйретеді. Балалардың қимыл тәжірибесін дағдыландырады. Тапсырманы дұрыс орындай білуге тәрбиелейді.	Шығыршық, ұзын жіп, өлшеуіш құрал. Атрибуттар: құстар	Ұшатын құстар Алаңның бір жағында құстар ұшып жүреді. Тәрбиеші құстар ұшты дегенде, канаттарын желпіп алаңда құстар ұшады. Тәрбиеші дауыл соқты дегенде құстар ұшып барып қабырғадағы сатыларға шығып алады, ал тәрбиеші дауыл басылды дегенде сатыдан түседі де ұшуларын жалғастырады. Ойын 3-4 рет қайталанады	
	№33. Балапандарға қонаққа барамыз	Бір орыннан тұрып қос аяқпен «доптарша» секіруге үйретеді. Орында тұрып жеңіл секіту және еденге (жерге) жұмсақ қону, жаттығуларды орындау сәтінде дұрыс тыныс алу дағдыларын жетілдіреді. Сап тізбекке тұруға жаттықтыру. Мойын. нық және қолдың бұлшық еттерін дамытады. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау. Балаларды көңілді, пысық, ширақ балапандарды бейнелей білуге талпындырады. Белгіге көңіл аудару, сезіне білуге дағдыландырады. Дене бітімінің дұрыс дамуын қадағалау. Икемділікке тәрбиелейді.	Секіргіштер Атрибуттар: мысық	Мысықтар мен балалар Балалардың жартысы мысықтар болады, ал жартысы олардың иесі болады. Мысықтар баспалдақта отырады, олардың иелері жүрелерінен алаңның екінші жағында отырады. Тәрбиеші сүт кімге керек деп сүт құйғандай болады. Балалар «кис-кис», деп шақырады. Мысықтар жақындаған да балалар алаңның екінші жағына қашып шығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.	
	№34. Балапандарға қонаққа барамыз	Балапандарға қонаққа барамыз Еденге қойылғатақтайментөртағандапа лақанментізегесүйеніп, еңбектеуге үйретеді. Орындатурып жеңіл секіру және еденге жұмсақ қону, жаттығуды орындау сәтінде дұрыстыныс салуда дағдыларын жетілдіру. Мойын. Иық және қолдың бұлшық еттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орын	Орындықтар, Спорттық бағаналар, шағын доптар	«Мерген» Тігінен қойылған нысанаға допты лақтыру.	

		дайды. Белгіге көңілаудару, сезіне білуге дағдыландырады. Дене бітімінің дұрыс дамуына қағалайды.			
	№35. Кішкентай спортшылар	Басты тік ұстап жоғары қарауды, допты жоғары лақтырып қағып алуды үйретеді. Белгіге көңіл аудару, сезіне білуге дағдыландырады. Ептілікке тәрбиелейді	Доптар, кеглилер	Кеглиді көзде Балалар екі қатарға бөлініп тұрады, тізілген кеглилерді қолдарындағы доппен көздеп құлату керек. Әрбір бала өзінің неше кегли құлатқанын есінде сақтап отырады. Допты оң қолымен, сол қолымен де домалатуға болады.	
	№36. Кішкентай спортшылар	Допты жоғары лақтырып қағып алуды үйретеді. Дене түзілісін бақылайды. Балалардың қимыл тәжірибесін молайтады. Жаттығуды орындау сәтінде дұрыс тыныс алу дағдыларын жетілдіреді. Тапсырманы дұрыс орындай білуге тәрбиелейді.	Доптар	Допты тордан лақтыр Құрылған тордың екі жағынан бөлініп тұрады. Арақашықтығы 1-1,5 метр болуы керек. Балалар тор арқылы бір-біріне допты лақтырады. Допты жерге түсірмей қағып алып отыру керек. Тәрбиеші жерге түскен допты санап отырады. Қай топта доп көп жерге түсе сол топ жеңіледі.	

Перспективалық жоспар
Дене шынықтыру
Ортаңғы топ
2021- 2022 оқу жылы
Желтоқсан айы

Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным»

Максаты: Балалардың жас және жеке мүмкіндіктеріне сәйкес рухани-адамгершілік құндылықтарды, білім, білік пен дағдыларды қалыптастыру.

Міндеті: Өзінің Отаны туралы әңгімелеп айтуға үйрету. Зейіндерін дамыту. Отанын, елін құрметтеуге, мақтан тұтуға тәрбиелеу.

I - аяқта	№37. Орманға пойызбен саяхат	Орманға пойызбен саяхат Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыруға үйретеді. Қимылды ырғақты жеңіл, еркін, қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре орындау қабілеттерін қалыптастырады. Жеңіл бытырап жүруге жаттықтырады. Дене түзілісін бақылайды. Балалардың қимыл тәжірибесін молайтады. Икемділікке тәрбиелейді	Допты Әр бір балаға доп	Жүгіріп қағып ал. Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші үлкен әдемі доппен балаларға қарама-қарсы тұрады. (қашықтығы 1,5-2м) Тәрбиеші « Бір лақтырамын, екі лақтырамын, үш лақтырамын, кім жүйрік қағып алсын!» -деп допты лақтырады да өзі қағып алып: «Қаға алмадыңдар қайта жүгіріңдер» дейді. Балалар өз орындарына қайта барып тұрады. Ойын жалғасады. Ойын кезінде балалардың қағып алуына мүмкіндік жасап, қойып жүреді. Қалған балалар соңына еріп жүреді	1
	№38. Орманға пойызбен саяхат	Еденге салынған резеңке кілемше үстінен төрттағандап алақан мен табанға сүйініп,	Доптар, резеңке	Құстың қауырсыны кімге барады. Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың	1

II - апта		еденде еңбектеуге үйретеді. Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыруға үйретеді. Қимылды ырғақты жеңіл, еркін, қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре орындау қабілеттерін қалыптастырады. Жеңіл бытырап жүруге жаттықтырады. Дене түзілісін бақылайды. Балалардың қимыл тәжірибесін молайтады	кілемше, құстың қауырсыны	қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады.	
	№39. Көпірден өтеміз	Өзінің күш жігерін көрсету, гимнастикалық орындықта жүру жаттығуларын үйретеді. Тепе теңдікті сақтай білуге дағдыландырады. Тепе теңдік сақтай білуге тәрбиелейді.	Гимнастикалық орындық	Кім кетті? Балалар шеңберге немесе жарты шеңберге тұрады. Тәрбиеші балаларға қасындағы баланы дұрыс есте сақтау керектігін түсіндіреді, содан кейін сол баланың көзін байлап қояды. Балалардың біреуі тығылып қалады. Тәрбиеші баладан кім жоқ екенін сұрайды. Егер бала тапса, сол баланың көзін жұмады. Ойын 3-4 рет қайталанады	1
	№40. Көпірден өтеміз	Гимнастикалық орындықта жүруді үйрету. Кеңістікті бағдарлайды. Төзімділікке тәрбиелейді.	Гимнастикалық орындық	Кім кетті? Балалар шеңберге немесе жарты шеңберге тұрады. Тәрбиеші балаларға қасындағы баланы дұрыс есте сақтау керектігін түсіндіреді, содан кейін сол баланың көзін байлап қояды. Балалардың біреуі тығылып қалады. Тәрбиеші баладан кім жоқ екенін сұрайды. Егер бала тапса, сол баланың көзін жұмады. Ойын 3-4 рет қайталанады	1
	№41. Бүгін біз циркке барамыз	Бір орында тұрып ұзындыққа секіруді үйретеді. Аяқ пен қол қимылдарын үйлестіре, серпіле екпінмен секіруді бекітеді. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен қол аяқтың үйлесімді қимылын дамыту. Икемділікке тәрбиелейді	Ұзын жіп, өлшеуіш құрал.	Лақтыр да қағып ал Балалар алаңда еркін орналасады әр біреуінің қолында бір-бір доптан болады. Тәрбиешінің «баста», - деген белгісі бойынша балалар допты жоғарыға лақтырып қағып алады. Әр бала неше рет лақтырып қағып ала алады, соны санайды.	1
	№42. Бүгін біз циркке барамыз	Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруға үйрету; доптың ұшына дұрыс траектория беру, қолдарын екпінді қимылмен жаза білуді бекітеді. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастырады. Бұлшықеттер мен қол аяқтың үйлесімді қимылын дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Доптар Атрибуттар: тышқан мен мысық	Тышқан мен мысық Бұл ойынға топ балалары бәрі тегіс қатыса алады. Балаларды (қақпа қалың) дөңгелене тұрғызып, ортаға тәрбиеші көмегімен тышқанмен мысық сайланады. Мысық тышқанды қуып ұстап алуы керек. Дөңгелене тұрған балалар тышқанды яғни мысықтан құтқару үшін, қақпадан тышқанды шығарып діберіп мысықты шығармауға тырысады. Мысық тышқанды ұстау үшін шапшаңдық керек. Мысық тышқанды ұстап алса, ойынға келесі жаңа балалар	1

III - анға	№43. Қыс келді (далада өтеді)	Далада орындалатын жаттығу түрлерін үйретеді. Негізгі қасиеттерді- шапшандық, ептілікті дамытады. Қыс мезгілінде жылы киінуге, жаттығу жасау барысында қауіпсіздік ережелерін сақтауға тәрбиелейді.	Жалаушалар	Қояндар мен қасқыр катыса отырып алмаса береді. Бір бала қасқыр болады, ал қалған балалар қояндар болады. Қояндар өз үйлерінде тығылып жатады, ал қасқыр өзінің апанында жатады. Тәрбиеші: - Секендеңдер қояндар, Жүгіріндер жортындар- деген кезде, қояндар үйлерінен шығып секендеп ойнайды. Осы кезде қасқыр апанынан шығып қояндарды қуа жөнеледі. Ұстап алған қояндарды апанына апарды. Осылай 3-4 қоянды ұстағаннан кейін ойынды басқа бала жалғастырады. Ойын 2-3 рет ойналады	1
	№44. Шанамен таныстыру	Шанада дұрыс отыра білуге үйретеді. тепе теңдік сақтай білу дағдысын дамытады. Қауіпсіздік ережесін сақтауға тәрбиелейді.	Жалаушалар шаналар	Сұр қоян жуынады Балалар шеңбер жасап тұрады. Қоян болған бала ортаға шығады. Балалар: Қоян, қоян тұршы, Беті, қолды жушы Айнаға карашы Шашыңды тарашы Енді бізді қушы. Қоян қимылмен көрсете отырып жасап, тұрады. Енді бізді қушы дегенде, балаларды қуа жөнеледі. Ойын 4-5 рет қайталанатын.	1
	№45. Далада шанамен сырғанау	Жүгіруді жүрумен алмастыруға үйретеді. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстырады. Негізгі қасиеттерді- шапшандық, ептілікті дамытады. Сырғанау барысында нұсқаушыны тыңдай білуге тәрбиелейді.	Шаналар, түрлі түсті жалаушалар доптар	Допты кәрзеңкеге түсір (дәл көзде). Балалар дөңгеленіп тұрады. Әр баланың қолында бір-бір кішкентай доп. Шеңбердің ортасында жәшік немесе үлкен кәрзеңке. (Балалар мен меженің арасы бір жарым-екі метрден аспайды.) Тәрбиешінің сигналы бойынша балалар допты жәшікке лақтырады, одан кейін ол доптарды қайтадан алады да өз орындарына барып отырады. Егер бала межені дәл көздеме, допты жерден (еденнен) көтереді де басқалар сияқты шеңберге тұрады. Ойын қайтадан басталады. Ойында бір мезгілде 8 -10 бала қатысады.	1
VI - анға	№46. Цирктегі аттар	Біртіндеп доғатимей 3 доғаның астынан еңбектеп өтуге үйрету. Ұсақ сезім (моторика) мүшелерін дамыту. Ырғақты қабылдау қабілеттерін дамытуға алету. Қимыл-қозғалыс сапасын, ептіліп, шапшандық, икемділік қабілеттерін дамытады.	Доғалар, доптар	Лактыр да қағып ал Балалар алаңда еркін орналасады әр біреуінің қолында бір-бір доптан болады. Тәрбиешінің «баста», - деген белгісі бойынша балалар допты жоғарыға лактырып қағып алады. Әр бала неше рет лактырып қағып ала алады, соны санайды.	1

		Икемділік тәрбиелейді			
	№47. Цирктегі аттар	Бір-біріне соқтығыспай, бытырап жүгіруге үйретеді. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекітеді. Барлық топпен қатарға тұрады. Ұсақ сезім (моторика) мүшелерін дамытады. Ырғақты қабылдау қабілеттерінің дамуына ықпал етеді. Қимыл-қозғалыс сапасын, ептіліп, шапшандық, икемділік қабілеттерін дамытады. Ұқыптылыққа тәрбиелейді.	Доптар, жалауша.	Қайда жасырылғанын тап Балалар бөлменің бұрышында тұрады. Тәрбиеші жалаушаны тығатынын айтады. Балалар теріс қарап көзін жұмады, тәрбиеші жалаушаны тығып қояды да «болды», деген де балалар жалаушаны іздейді. Тапқан бала жалаушаны тығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.	1
	№48. Қояндар	Бір заттың үстінен екі аяқпен секіруді үйретеді (биіктігі 5 см). Гимнастикалық орындықта жүруге дағдыландыру (орындықтың биіктігі 30 см, ені 20) тепе теңдік сақтай білуге тәрбиелейді.	Түрлі ойыншықтар, гимнастикалық орындық	Күн шұғыласы (сәулесі) Тәрбиеші өзінің жанына бір топ балаларды жинап, айнаның көмегімен күн шұғыласын қабырғаға түсіреді де: Қабырғаға елбеңдеп, Ойнайды сәуле құбылып. Ымдасаң болды «кел» деп, Жетеді демде жүгіріп. Сәл үзіліс жасайды да: «Сәулені ұстаңдар» деген сигнал береді. Балалар қабырғаға жүгіріп, қолға тұрмай жалтандап тұрған күн сәулесін ұстауға тырысады.	1

Перспективалық жоспар

Дене шынықтыру

Ортаңғы топ

2021- 2022 оқу жылы

Қаңтар айы

Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

Мақсаты: Тірі және өлі табиғат заттары мен құбылыстары, маусымдық өзгерістер, өсімдіктер туралы білімдерін кеңейтуге; жануарлар, жәндіктер мен өсімдіктердің барлық түрлерін сақтаудың қажеттілігі туралы түсініктерін қалыптастыру.

Міндеті: Жыл мезгілдерінің ерекшеліктерін ажырата білуге үйрету. Табиғат туралы өз ойларын жеткізе білу дағдыларын дамыту. Табиғатқа қамқор бола білуге тәрбиелеу.

I - апта	№49. Цирктегі жануарлар	Ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйретеді. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекітеді. Сап-тізбекке бойына қарай тұрады. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын	Ұзынша жіп, өлшеуіш құрал	Маған қарай жүгіріңдер Балалар бөлменің бір қабырғасын бойлай қойылған орындықтарда немесе алаңды жағалай отырады. Тәрбиеші бөлменің қарсы бұрышына немесе алаңның ең алыс бұрышына барып: «Маған қарай жүгіріңдер», - дейді. Балалар оған қарсы жүгіреді. Тәрбиеші оларды қолын жайып, ишаратпен қарсы алады. Балалардың бәрі келіп, тәрбиешінің қасына жиналып болғаннан кейін, ол	1
----------	-------------------------	---	---------------------------	---	---

		қадағалайды. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру. Икемділікке тәрбиелейді.		серуендеуді ұсынады. Балалар өздері жүргісі келген жерде емін-еркін тәрбиешімен бірге бөлме ішінде жүреді. Тәрбиеші бұдан кейін: «Үйге қарай жүгіріңдер» - дейді. Балалар жүгіріп барып орындықтарына отырады. Ойын осылай 4-5 рет қайталанады. Алғашқы кезде ойынды азғана балалар тобымен өткізген дұрыс, кейін ойнаушылардың саны арта түседі (үйлеріне қайтқан кезде балалардың кез-келген орындыққа отыруына болады).	
	№50. Цирктегі жануарлар	Допты қақпа арқылы домалатуды үйретеді. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекітеді. Сап-тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалайды. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындырады. Ұқыптылыққа тәрбиелейді	Қақпа, доптар	Ұшатын құстар Алаңның бір жағында құстар ұшып жүреді. Тәрбиеші құстар ұшты дегенде, канаттарын желпіп алаңда құстар ұшады. Тәрбиеші дауыл соқты дегенде құстар ұшып барып қабырғадағы сатыларға шығып алады, ал тәрбиеші дауыл басылды дегенде сатыдан түседі де ұшуларын жалғастырады. Ойын 3-4 рет қайталанады.	1
	№51. Аквариумдегі балықтар	Аквариумдегі балықтар Педагогтың лактырған добын қағып алу және кері лактыруды үйретеді. Педагогпен допты саусақтарды еркін ұстап, алақанмен қағып алуын бекітеді. Қол басының икемділігін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді.	Төсегіш, доп	Мені қуып жетіндер Балалар бөлменің бір қабырғасын бойлай қойылған орындықтарды немесе алаңда отырады. Тәрбиеші: «Мені қуып жетіндер», - дейді де алаңның қарсы жағына жүгіреді. Балалар тәрбиешінің соңынан жүгіріп, оны ұстауға тырысады. Одан кейін тәрбиеші тағы да: «Мені қуып жетіндер», - дейді де қарсы жаққа қарай жүгіреді, балалар оны қайтадан қуалайды. Екі рет жүгіргеннен кейін балалар орындықтарға отырып дем алады. Одан кейін ойын қайта басталады. Ойынды азғана балалар тобымен өткізген дұрыс: балалардың бір тобы ойнап жатқан кезде екінші тобы қарап тұрады, одан кейін балалар рөлдермен ауысады.	1
II - апта	№52. Аквариумдегі балықтар	Гимнастикалық қабырғаның екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тактай бойымен еңбектеуді үйретеді. Педагогтың лактырған добын қағып алу және кері лактыруды және допты саусақтарды еркін ұстап, алақанмен қағып алуын бекітеді. Такпак, өлең сөз мазмұнына, музыка ырғағына сәйкес қимыл жасауын, қол басының	Гимнастикалық қабырғаның екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тактай, доп	Бакшадағы тауықтар Рейканы немесе жіптің көмегімен аздаған жер қоршалады бұл Ол – бау-бакша. Одан қашық емес жерге орындық қойылады, бұл күзетшінің күресі.Күзетшінің ролін алғашқыда тәрбиеші орындайды, ал кейін тәрбиешінің белгілеуімен белсенді балалар атқарады. Қалған балалар тауықтар.Күзетші орындыққа отырған бойда тауықтар бакшаға түседі, қорғанның астынан өтіп, бакшада жүреді, жерді шұқиды, қытқылайды.Күзетші тауықтарды байқап оларды бакшадан қуа бастайды – алақанын шапалақтайды, «Қыш – қыш» деп дауыстайды.Тауықтар қашып кетеді .Қорықшы бакшаны	1

III - анта		икемділігін дамытады. Шапшандыққа тәрбиелейді		бір айналып шығады да қайтадан отырады. Ойын қайта басталады. Одан кейін басқа күзетші тағайындалады. Ойын осылайша 4-5 рет қайталанады	
	№53. Жануарлар әлемінде	Қалыпты жағдайды сақтап басты тік ұстап адымдап жүруді жалғастыру және үйренеді. Жаттығуды дұрыс орындай білу дағдыларын дамытады. Ептілікке тәрбиелейді.	Атрибуттар: мысық	Мысықтар мен балалар Балалардың жартысы мысықтар болады, ал жартысы олардың иесі болады. Мысықтар баспалдақта отырады, олардың иелері жүрелерінен алаңның екінші жағында отырады. Тәрбиеші сүт кімге керек деп сүт құйғандай болады. Балалар «кис-кис», деп шақырады. Мысықтар жақындаған да балалар алаңның екінші жағына қашып шығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.	1
	№54. Жануарлар әлемінде	Адымдап жүруді үйретеді. Аңдардың жүрісін салуға үйрету. Көрсетілген жүру түрлерін меңгеруге дағдыландырады. Дене түзілісін дұрыс қадағалай білуге тәрбиелейді.	Аңдардың суреттері, доптар	Лақтыр да, қағып ал. Балалар алаңда еркін орналасады әр біреуінің қолында бір-бір доптан болады. Тәрбиешінің «баста», - деген белгісі бойынша балалар допты жоғарыға лақтырып қағып алады. Әр бала неше рет лақтырып қағып ала алады, соны санайды.	1
	№55. Түрлі түсті автомобильдер	Кегельге дейін еңбектеп барып, кегельді алу, тұру, түзелуді үйретеді. Иық бұлшықеттерін, кол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе-теңдік сақтау, ептілікпен төзімділік қабілеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Кегли, жіп	Кеглиді көзде Балалар екі қатарға бөлініп тұрады, тізілген кеглиларды қолдарындағы доппен көздеп құлату керек. Әрбір бала өзінің неше кегли құлатқанын есінде сақтап отырады. Допты оң қолымен, сол қолымен де домалатуға болады.	1
	№56. Түрлі түсті автомобильдер	Кегельге дейін еңбектеп барып, кегельді алу, тұру, түзелуді үйретеді. Иық бұлшықеттерін, кол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе-теңдік сақтау, ептілікпен төзімділік қабілеттерін дамытады. Зейінділікке тәрбиелейді.	Бала санына қарай орташа доптар, кеглилер	Допты тордан лақтыр Құрылған тордың екі жағынан бөлініп тұрады. Арақашықтығы 1-1,5 метр болуы керек. Балалар тор арқылы бір-біріне допты лақтырады. Допты жерге түсірмей қағып алып отыру керек. Тәрбиеші жерге түскен допты санап отырады. Қай топта доп көп жерге түсе сол топ жеңіледі.	1
	№57. Кішкентай көжектер	Бір-біріне кедергі жасамай, аяқты алшақ ашып, жәй жүгіріспен жүгіруді үйренеді. Шектелген алаң бойы тепе теңдік сақтап, тура алға қарап, денені түзу ұстап жүруге жаттықтырады. Икемділікке тәрбиелейді	Гимнастика лық орындық, атрибуттар	Мысықтар мен балалар Балалардың жартысы мысықтар болады, ал жартысы олардың иесі болады. Мысықтар баспалдақта отырады, олардың иелері жүрелерінен алаңның екінші жағында отырады. Тәрбиеші сүт кімге керек деп сүт құйғандай болады. Балалар «кис-кис», деп шақырады. Мысықтар жақындаған да балалар алаңның екінші жағына қашып шығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.	1
	№58. Кішкентай көжектер	Жай жүгіріспен тіке жүгіруді үйрету (арақашк. 10см). адымдап жүру және биіктікке секіруге дағ	Ұзын жіп.	«Мерген» Тігінен қойылған нысанаға допты лақтыру.	1
VI - анта					

		дыландыру(биіктігі 25 см) музыкаыргағыменорындайбілугетәрби елейді			
№59. Аяз атаға қонаққа барамыз	. Екі аяқпен екпінмен серпіле, аяқтың ұшына тұруды үйретеді. Сап тізбекте өзжұбын есте сақтау қабілеттерін дамытады	Кегли	«Кеглиді көзде» Балалар екі қатарға бөлініп тұрады,тізілген кеглиларды қолдарындағы доппен көздеп құлату керек. Әрбір бала өзінің неше кегли құлатқанын есінде сақтап отырады.Допты оң қолымен , сол қолымен де домалатуға болады.	1	
№60. Аяз атаға қонаққа барамыз	Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа екі аяқпен екпінмен серпіле секіріп, аяқтың ұшына тұруды; педагогтың лақтырған добын қағып алу және кері лақтыру және допты саусақтарды еркін ұстап, алақанмен қағып алуды үйретеді. Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіруді бекітеді. Кеңестікті бағдарлау, Петрушканың қимыл ерекшеліктерін (жеңіл секіру, айналу, көңіл күй) бере білу, әуенге сәйкес ұимыл жасай біледі. Сап-тізбекте өз жұбын есте сақтау қабілеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді.	Шығыршық, доп	«Допты тордан лақтыр» Құрылған тордың екі жағынан бөлініп тұрады. Арақашықтығы 1- 1,5 метр болуы керек. Балалар тор арқылы бір-біріне допты лақтырады.Допты жерге түсірмей қағып алып отыру керек.Тәрбиеші жерге түскен допты санап отырады.Қай топта доп көп жерге түсе сол топ жеңіледі.	1	

Перспективалық жоспар

Дене шынықтыру

Ортаңғы топ

2021- 2022 оқу жылы

Ақпан айы

Өтпелі тақырып: «Мен және қоршаған орта»

Мақсаты:табиғатпен таныстыру, экологиялық тәрбие, тіршілік әрекетінің қауіпсіздік негіздерін қалыптастыру, адамдар және олардың мамандықтарымен таныстыру.

Міндеті:Қоршаған әлем туралы түсініктерін қалыптастыру. Қоршаған әлем туралы дағдыларын дамыту. Оларға қамқор бола білуге, ұқыптылыққа тәрбиелеу.

I - аяға	№61. Таза ауады қысқы ойындар	. Таза ауады ойнатылатын қысқы ойындармен таныстырады. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті	Қоңырау, жалауша	Қоңырау қайдан естіледі? Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Мұғалім бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады.Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан	1
----------	-------------------------------------	--	---------------------	--	---

II - апта		дамытады. Ұқыптылыққа тәрбиелейді		соғылып тұр, қоңырауды табындар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші апай басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады.	
	№62. Далада шанамен сырғанау	Жүгіруді жүрумен алмастыруға үйретеді. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстырады. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамытады. Сырғанау барысында нұсқаушыны тыңдай білуге тәрбиелейді	Шаналар	Жел көбік Балалар бір-бірінің қолынан ұстап, жақын-жақын дөңгелене тұрады. Тәрбиешіге қосылып олар мына өлеңді айтады: Көпіре гөр көбік шар, Көпіре бер кеңіп шар. Осы күйі қал тұрып, Кете көрме жарылып. Өлеңді айтып бара жатып балалар дөңгелек шеңберді кеңейте түседі. Тәрбиеші: «Жел көбік жарылды» деген кезде барлық балалар қолдарын төмен түсіріп, бірдауыспен: «Тарс етті», - дейді де тізірлеп отыра кетеді. Тәрбиеші жаңа көбік үрледі ұсынады: балалар орынан тұрады, қайтадан дөңгелектеніп, ойын қайта басталады.	1
	№63. Жаңа жыл, Жаңа жыл	Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыруды үйретеді. Допты лақтырған соң қолды түзу ұстауды бекітеді. Қимыл үйлесімділігін, сап-тізбекке өз орнын таба білу қабілеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Доптар,	Күн және жаңбыр Балалар алаңның бір шетінен немесе бөлменің қабырғасынан біразырақ жерге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» (орындықтың арқасындағы тесікке) қарайды. Тәрбиеші: «Аспан ашық, күн шығып тұр! Серуенге шығуға болады», - дейді. Балалар бүкіл алаңда жүгіріп жүр. «Жаңбыр! Тез үйге жүгіріңдер!» деген сигналды естіп, бәрі өз орындарына қарай жүгіріп келіп, орындықтардың артына отырады. Тәрбиеші қайтадан: «Күн шықты! барындар, серуендендер», - дейді, ойын қайта басталады.	1
	№64. Жаңа жыл, Жаңа жыл	Бөрене арқылы еңбектеп өтуді үйрету. Допты лақтырған соң қолды түзу ұстауды бекітеді. Қимыл үйлесімділігін сап-тізбекке өз орнын таба білу қабілеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Орташа доптар, бөрене	Допты қуып жет Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзеңкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзеңкеден доптарды алып, далалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып кәрзеңкеге салады. Ойын қайталанады. Балалар қанша болса, допта сонша болуы керек. Олардың әрқайсысы допты қуып жетіп, кәрзеңкеге салатын болсын.	1

III - анта	№65. Зейінді бол балақай!	. Жәй жүгіріспен жүгіруді, аяқты алшақ ашпай, тіке бағытпен жүгіруді қалпын сақтауды үйретеді. Музыка ырғағын тыңдау арқылы жүру түрлерін өзгертеді. Шапшаңдылық, ептілікке тәрбиелейді.	Атрибуттар: тауықтар, бақша	Бақшадағы тауықтар Рейканың немесе жіптің көмегімен аздаған жер қоршалады. Ол- бақша. Одан қашық емес жерге орындық қойылады, бұл күзетшінің ролін алғашқыда тәрбиешінің белгілеумен белсенді балалар атқарады. Қалған балалар – тауықтар. Күзетші орындыққа отырған бойда тауықтар огородқа түседі, қорғанның астынан өтіп, бақшада жүгіреді, башаны шұжиды, қытқылдайды. Күзетші тауықтарды байқап, оларды бақшадан қуа бастайды- алақанын шапалақтайды, «Қыш-қыш» деп дауыстайды. Тауықтар қашып кетеді. Қорықшы бақшаны бір айналып шығады да қайтадан отырады. Ойын қайта басталады.	1
	№66. Зейінді бол балақай!	Жәй жүгіріспен жүгіруге үйретеді (40 секунд). Бір заттың үстінен жүруді үйретеді. Жүгіру қалыпты жағдайды сақтауға дағдыландырады. Шапшаңдылыққа тәрбиелейді.	.	Жүгіріп өтуге үлгер Тәрбиеші балалардың біреуімен жіптің екі ұшын (оның ұзындығы 3-4м) ұстап, оны жүгіріп келе жатқан балалардың бағытына қарай жайлап айналдырады. Балалар бірінен соң бірі, жіп жоғары көтерілген кезде, жіптің астынан жүгіріп өтуге үлгеруі керек.	1
	№67. Шыршалық көңілді шаттық шеңбері	шеңбері Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіруге үйретеді. Денені түзу ұстап, тепе-теңдік сақтау қабілеттерін жетілдіреді. Жағымды көңіл күй, өзіндік қимыл белсенділігін қалыптастырады. Аяқ пен табан бұлшықеттерін нығайтады. Икемділікке тәрбиелейді.	Орындық, ойыншық	Өз үйінді тап Ойыншықтар 3-4 кішкентай аласа ұзынша орындықтарда отырады. Барлық балаларда әдемі үлкен ойыншықтар: бірінші тұрған ұзынша орындықта қуыршақ, екіншісінде - ит, үшіншісінде-мысық, төртіншісінде-аю, қоян. Тәрбиешінің «Серуенге шығамыз» деген нұсқауымен барлық балалар орындарынан тұрып тәрбиешінің соңынан жүреді Тәрбиешінің «Жаңбыр жауа бастады» деген нұсқауымен балалар өз үйлеріне қарай жүгіреді. Ойынды қайталау барысында, тәрбиеші балаларға білдірмей ойыншықтардың орынын ауыстырып қояды. Балалар өз үйлерін тез, адаспай табуы керек..	1
	№68. Шыршалық көңілді шаттық шеңбері	Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіруге үйретеді. Денені түзу ұстап, тепе-теңдік сақтау қабілеттерін жетілдіреді. Жағымды көңіл күй, өзіндік қимыл белсенділігін қалыптастырады. Аяқ пен табан бұлшықеттерін нығайтады. Қауіпсіздік ережесін сақтай білуге тәрбиелейді.	Төсеніштер	Күн мен жаңбыр Балалар ашық алаңда еркін ойнап жүреді, гүл тереді, көбелек қуады, секіреді, жүгіреді. т.б. Тәрбиеші «Жаңбыр жауды!» дегенде балалар пана іздеп, үйшіктерге тығылады. Тәрбиеші «Күн шықты!» дегенде балалар қайта алаңға шығып ойындарын жалғастыра береді.	1

VI - апта	№69. Шынығамыз жастай біз	Шынығамыз жастай біз Бір біріне кедергі жасамай жүгіруді, екі қолмен допты төстен жоғары асыра лақтыруды үйретеді. белгіге қарай жылдам жауап беру дағдысын қалыптастырады. Жаттығу түрлерін орындай білуге тәрбиелейді	Доптар	Қара құлақ Ойынға 5-10 бала қатысады. Олар оңаша жерге топталып өз араларынан бір баланы қазық етіп белгілейді. Қазық тұрған жерінде қозғалмай тұрады. Содан кейін ойынға қатысушылар қазықты алыстан қоршап бірте-бірте жақындай түседі Таяп келіп мынау кім? –деп бір-бірінен сұрасады. Біреуі ойбай бұл қарақұлақ қой!-деп қаша жөнеледі. Қалғандары да – қарақұлақ, қара құлақ!-деп бытырай қашады. Қарақұлақ біреуін ұстау үшін тұра қуады. Ұсталған бала қарақұлақ болып, ойын әрі қарай жалғасады	1
	№70. Шынығамыз жастай біз	Мұғалімнің берген тапсырмасын балалар рәрі қарай жалғастыруға жет, және қалыпты жағдайды сақтауды үйретеді. Доппен жұмыс жасау жаттығуларын ширату. Қимыл қозғалыс үйлесімділігін дамытуға тәрбиелейді	Доптар	Допты қуып жет Ойын мақсаты: балаларды шыдамды, сабырлы қалыпта берілген белгіні тыңдауға, тез жүгіруге баулу. Ойынның шарты: бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқаруымен қатыса алады. Тәрбиеші доптарды себетке салып алып, балалардың алдына домалатып жібереді. «Допты қуып жет» деген белгі бойынша, балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек. к/құралдар: түрлі-түсті, үлкен-кішілі доптар.	1
	№71. Көңілді әткеншек	Тереңдікке секіруді үйретеді. Орындықтан секірген кезде алға қарап, баспен денені түзу ұстап, аяқты сәл бүгіп, табанды жазып, жерге жеңіл кону; шеңбер құру; бір-біріне кедергі жасамай, алға артқа жылжи білу қабілеттерін бекіт еді. Музыкаға сәйкес затпен (таспа) қимыл жасауға талпындырады. Икемділікке тәрбиелейді	Орындық	Орын тап. Екі жұп арқасын түйістіріп қойған екі орындыққа айналып музыканың сүйемелдеуімен билейді. Музыка кілт тоқтағанда, тұрған екі орындыққа отырып үлгеруі керек, орын алмай бос қалған екі адам айып төлейді, ән салу, би билеу, жұмбақ, жаңылтпаштар қайту	1
	№72. Көңілді әткеншек	Тереңдікке секіруді үйретеді. Орындықтан секірген кезде алға қарап, баспен денені түзу ұстап, аяқты сәл бүгіп, табанды жазып, жерге жеңіл кону; шеңбер құру; бір-біріне кедергі жасамай, алға артқа жылжи білу қабілеттерін бекіт еді. Музыкаға сәйкес затпен (таспа)	Доптар, орындық	«Ұшты-ұшты» Педагог балаларға ұшты-ұшты қарлығаш ұшты дегенде балалар қолдарын көтеріп ұшады, педагог ұшты-ұшты орындық ұшты десе отыра қалады.	1

қимылжасауғаталпындырады.
Икемділіккетәрбиелейді

Перспективалық жоспар
Дене шынықтыру
Ортаңғы топ
2021 - 2022 оқу жылы
Наурыз айы

Өтпелі тақырып: «Өнер көзі - халықта»

Мақсаты: Балалардың көпұлтты Қазақстан Республикасы ретінде Қазақстан туралы білімін кеңейту. Рухани адамгершілік құндылықтарды қалыптастыру.

Міндеті: Еліміздің көп ұлтты республика және жергілікті ұлт- қазақ халқы екенін түсіндіру. Әр ұлттың ерекшелігі, өздерінің салт-дәстүрлері бар екенін және Қазақстан олардың отаны екенін саналарына жеткізу. Татулыққа, сыйластыққа, достыққа тәрбиелеу.

I - апта	№73 Сумен шынықтыру	Су температурасын сақтауға үйретеді. Берілген нұсқауды бұлжытпай орындау дағдысын дамытады. Ұқыптылыққа, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді.	Жылы су	«Қара жорға» биі Балалар екі үлкен шеңберге тұрып, музыка әуенімен билейді.	
	№74. Сумен шынықтыру	Нұсқаушыны тыңдап берілген тапсырманы дұрыс орындауға үйретеді. Қауіпсіздік ережесін сақтау дағдысын дамытады. Ұқыптылыққа, икемділікке тәрбиелеуді.	Жылы су, түрлі ойыншықтар	Тап та, үндеме Балалар алаңның шетінде тәрбиешіге қарама-қарсы тұрады тәрбиешінің берген белгісімен олар қабырғаға бұрылып теріс қарап тұрады, Бұл уақытта тәрбиеші орамалды жасырады. Содан кейін балалар көздерін ашып, орамалды іздеуге кіріседі. Тапқан бала білдірмей тәрбиешінің құлағына келіп орамалды көргенін айтады да, орнына келіп отырады. Осылайша барлық балалар орамалды тапқанша ойын жалғаса береді. Ойын 3-4 рет қайталанады	
	№75. Менің көңілді добым	Белгі бойынша тоқтай білуге жаттықтырады. Допты астынан екі қолмен алға (алысқа) еркін лақтыруды үйретеді. Көтеріңкі кеңестік тепе-теңдік сақтап жүруді бекітеді. Музыкаға сәйкес адымдап, аяқты жоғары көтере, қолды еркін ұстап жүру дағдыларын дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Кішкентай доптар, белбеу	Белбеу сок Ойыншылар екі-екіден жұптасып, шеңбер жасап тұрады. Бір ойыншы белбеуді алып, екіншісін қууға тиіс. Қашқан шеңбер жасап тұрған бір жұптың алдына келіп тұрған кезде, артық қалған үшінші ойыншы шеңберді айнала қашады. Егер қуғыншы оны белбеумен соғып үлгеріп, өзі бір жұптың алдына келіп үлгерсе, оның орнын келесі ойыншы басады	
II - апта	№76. Менің көңілді добым	Белгі бойынша тоқтай білуге жаттықтырады. Гимнастикалық орындық үстімен қолға зат	Гимнастикалық орындық, түрлі	Допты қуып жет Ойын мақсаты: балаларды шыдамды, сабырлы	

III - апта		ұстап жүреді. Еденге тік қойылған шығыршықтан еңбектеп өтуді үйретеді. Допты астынан екі қолмен алға (алысқа) еркін лақтыруды бекітеді. Көтеріңкі кеңестік тепе-теңдік сақтап жүруді бекітеді. Музыкаға сәйкес адымдап, аяқты жоғары көтере, қолды еркін ұстап жүру дағдыларын дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	ойыншық, шығыршық, доптар	қалыпта берілген белгіні тыңдауға, тез жүгіруге, түсетерінің көлемін ажырата білуге баулу. Ойынның шарты: бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқаруымен қатыса алады. Тәрбиеші доптарды себетке салып алып, балалардың алдына домалатып жібереді. «Допты қуып жет» деген белгі бойынша, балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек. к/құралдар: түрлі-түсті, үлкен-кішілі доптар.	
	№77. Қысқы орманға саяхат	Допты еденге ұру және оны шынтақтан сәл бүгілген екі қолмен қағып алуды үйретеді. Допты қағып алған соң кеудеге қыспай, қолмен еркін ұстауды бекітеді. Жүру, жүгіру кезеңде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіруге жаттықтырады. Ұқыптылыққа тәрбиелейді.	Доптар	«Пойыз» ойыны Тәрбиеші «пойыз» ойынының аяқталуына дейін: «Мен паравоз боламын, ал сендер кішкентай вагонсыңдар». Балалар бірінің соңынан бірі алдындат тұрғанның иімін ұстап колоннаға тұрады. «Кеттік», дейді тәрбиеші, балалардың бәрі «шу - шу» деп дабырлап, оның артынан жүре бастайды. Мұғалім балаларды бір бағытта, одан кейін екінші бағытта жүргізеді, одан кейін жүруді баяулатады, ақырында тоқтайды да: «Кідіріс» (аялдама) деп хабарлайды. Біраз уақыттан кейін тағы да гудок беріледі де поезд қайтадан жолға аттанады.	
	№78. Қысқы орманға саяхат	Кеуде саты үстімен өрмелеуді үйретеді. Еденге салынған жіп үстімен тепе-теңдік сақтап, дене түзілісін дұрыс ұстап жүруді бекітеді. Жүру, жүгіру кезеңде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіруге жаттықтырады. Икемділікке тәрбиелейді	Кеуде саты, ұзынша жіп, қоңырау	Қоңырау қайдан естіледі? Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Мұғалім бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші апай басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады.	
	№79. Біз түрлі ойыншықтар дүкеніне барамыз	Қос аяқпен еденнен жігерлі серпіле заттардың үстінен секіруге үйретеді. Қарқынмен екпінмен жүгіруге жаттықтырады. Музыка ырғағына сәйкес бейнелі қимыл жасау; қолмен аяқты үйлесімді қимыл жасау	Түрлі заттар, ұзынша жіп	Жел көбік Балалар бір-бірінің қолынан ұстап, жақын-жақын дөңгелене тұрады. Тәрбиешіге қосылып олар мына өлеңді айтады: Көпіре гөр көбік шар, Көпіре бер кеңіп шар.	

				Осы күйі қал тұрып, Кете көрме жарылып. Өлеңді айтыпбара жатып балалар дөңгелек шеңберді кеңейте түседі.Тәрбиеші: «Жел көбік жарылды» деген кезде барлық балалар қолдарын төмен түсіріп, бірдауыспен: «Тарс етті»,-дейді де тізірлеп отыра кетеді,Тәрбиеші жаңа көбік үрлеудіұсынады: балалар орынан тұрады, қайтадан дөңгелектеніп , ойын қайта басталады	
	№80. Біз түрлі ойыншықтар дүкеніне барамыз	Бөренеден қырымен еңбектеп өтуді үйретеді. Бір орында шыр айнаруды бекітеді. Қарқынды екпінмен жүгіруге жаттықтырады. Музыка ырғағына сәйкес бейнелі қимыл жасау; қол мен аяқты үйлесімді қимыл жасау, ептілік дағдыларын дамытады. Икемділікке тәрбиелейді.	Бөрене	Күн және жаңбыр Балалар алаңның бір шетінен немесе бөлменің қабырғасынан біразырақ жерге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» (орындықтың арқасындағы тесікке) қарайды. Тәрбиеші: «Аспан ашық, күн шығып тұр! Серуенге шығуға болады»,-дейді.Балалар бүкіл алаңда жүгіріп жүр. «Жаңбыр! Тез үйге жүгіріңдер!» деген сигналды естіп,бәрі өз орындарына қарай жүгіріп келіп,орындықтардың артына отырады. Тәрбиеші қайтадан : «Күн шықты! барындар,серуендендер»,- дейді, ойын қайта басталады.	
	№81. Марғаулар	Гимнастикалық орындықтан асып түсуді үйретеді. Тереңдікке секіру- аяқты сәл бүгіп, табанды толық жазып, жерге қону тәсілін бекітеді. Дене түзілісін бақылау. Музыка ырғағына сәйкес ырғақты қимыл жасау; музыканың басталуына және аяқталуына назар қойып, көңіл бөлу; бір-біріне соқтығыспай жүгіру; белгіге көңіл аудару дағдыларын жетілдіреді. Ұқыптылыққа тәрбиелейді	Гимнастикалық орындық, доптар	Допты қуып жет Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзенкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзенкеден доптарды алып, далалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып кәрзенкеге салады.Ойын қайталанады. Балалар қанша болса , допта сонша болуы керек.Олардың әрқайсысы допты қуып жетіп, кәрзенкеге салатын болсын.	
VI - анта	№82. Марғаулар	Гимнастикалық орындықтан асып түсуді үйретеді. Тереңдіккесекіру- аяқтысәлбүгіп, табандытолықжазып, жергеконутәсілінбекітеді.	Гимнастикалық орындық, қапшық	Қапшықпен жүгіру. Қаптың ішіне кіріп секіріп жүгіреді.	

		Денетүзілісін бақылауды. Музыкаыргағына сәйкес ырғақты қимыл жасай алады. Белгіге көңіл аударудағы дыларын жетілдіреді. Икемділікке тәрбиелейді.			
№83. Қуыршақпен серуендейміз	Бір-бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстінен (щектелген алаңда) тепе-теңдік сақтап жүруге үйретеді. Көрнекі бағыт бойынша қатардан шеңбер құрып тұру. Бесік жыры. Музыкасына ажырата білу. Иық, мойын бұлшықеттерін, қол мен аяқ қимыл үйлесімділігін дамытады. Тазалыққа тәрбиелейді	Бір-бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер (щектелген алаңда), ұзынша жіп	Жүгіріп өтуге үлгер Тәрбиеші балалардың біреуімен жіптің екі ұшын (оның ұзындығы 3-4 м) ұстап, оны жүгіріп келе жатқан балалардың бағытына қарай жайлап айналдырады. Балалар бірінен соң бірі, жіп жоғары көтерілген кезде, жіптің астынан жүгіріп өтуге үлгеру қажет.		
№84. Қуыршақпен серуендейміз	Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары (алысқа) лақтыруды үйретеді. Қол ұстасып шеңбер бойы жүруді бекітеді. Көрнекі бағыт бойынша қатардан шеңбер құрып тұру. Бесік жыры музыкасын ажырата біледі. Иық, мойын бұлшықеттерін, қол мен аяқ қимыл үйлесімділігін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді.	Құм салынған дорбаша	Өз үйінді тап Ойыншылар 3-4 кішкентай аласа ұзынша орындықтарда отырады. Барлық балаларда әдемі үлкен ойыншықтар: бірінші тұрған ұзынша орындықта қуыршақ, екіншісінде - ит, үшіншісінде - мысық, төртіншісінде - аю, қоян. Тәрбиешінің «Серуенге шығамыз» деген нұсқауымен барлық балалар орындарынан тұрып тәрбиешінің соңынан жүреді. Серуен барысында балалар түрлі қозғалыс қимылын орындайды (секіреді, жүгіреді, жүреді). Тәрбиешінің «Жаңбыр жауа бастады» деген нұсқауымен балалар өз үйлеріне қарай жүгіреді. Ойынды қайталау барысында, тәрбиеші балаларға білдірмей ойыншықтардың орынын ауыстырып қояды. Балалар өз үйлерін тез, адаспай табуы керек.		

Перспективалық жоспар

Дене шынықтыру

Ортаңғы топ

2021 - 2022 оқу жылы

Сәуір айы

Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

Мақсаты: Қарапайым еңбек дағдыларын қалыптастыру.

Міндеті: Үлкендер еңбегін құрметтеуге үйрету. Қамқорлық жасау дағдыларын дамыту. Кішіпейілділікке тәрбиелеу.

I - аяқта	№85. Әжейге қонаққа барамыз	Еденге екпінмен серпіле екі аяқпен зат үстінен секіруге үйретеді. Бір-біріне соқтығыспай, тепе-теңдік сақтап, екпінмен серпілі заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға; басты түсірмей, музыка ырғағына сәйкес би қимылдарын бірқалыпты, жұбымен келісе орындауға жаттықтыру. Ұқыптылыққа тәрбиелейді.	Гимнастикалық скамейка, қоңырау.	Қоңырау қайдан естіледі? Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Мұғалім бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші апай басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады.	1
	№86. Әжейге қонаққа барамыз	Еденге екпінмен серпіле екі аяқпен зат үстінен секіруге үйретеді. Допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыруды үйретеді. Тепе-теңдік сақтап, еденнен 20 см көтерілген сатының таяқшаларынан аттап жүруді бекітеді. Қолдың басын айналдыра, қол бұлғап, бытырап жүгіру; бір-біріне соқтығыспай, тепе-теңдік сақтап, екпінмен серпілі заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға; басты түсірмей, музыка ырғағына сәйкес би қимылдарын бірқалыпты, жұбымен келісе орындауға жаттықтырады. Икемділікке тәрбиелейді.	Гимнастикалық скамейка, доптар, саты	Жел көбік Балалар бір-бірінің қолынан ұстап, жақын-жақын дөңгелене тұрады. Тәрбиешіге қосылып олар мына өлеңді айтады: Көпіре гөр көбік шар, Көпіре бер кеңіп шар. Осы күйі қал тұрып, Кете көрме жарылып. Өлеңді айтып бара жатып балалар дөңгелек шеңберді кеңейте түседі. Тәрбиеші: «Жел көбік жарылды» деген кезде барлық балалар қолдарын төмен түсіріп, бірдауыспен: «Тарс етті», - дейді де тізірлеп отыра кетеді. Тәрбиеші жана көбік үрледі ұсынады: балалар орынан тұрады, қайтадан дөңгелектеніп, ойын қайта басталады.	1
	№87. Көктем келді	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабаттан дұрыс ұстап, төмен түсуді үйрету. Музыка ырғақты қабылдау.	Гимнастикалық қабырға	Күн және жаңбыр Балалар алаңның бір шетінен немесе бөлменің қабырғасынан біразырақ жерге қойылған	1

		көңілді көңіл күй бере білу сезімдерін, мәтін мазмұнана сәйкес қимыл жасау; қол мен аяқ қимылының үйлесімділігін дамытады. Дене түзілісін бір-біріне соқтығыспауын қадағалайды. Икемділікке тәрбиелейді.		орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» (орындықтың арқасындағы тесікке) қарайды. Тәрбиеші: «Аспан ашық, күн шығып тұр! Серуенге шығуға болады», - дейді. Балалар бүкіл алаңда жүгіріп жүр. «Жаңбыр! Тез үйге жүгіріңдер!» деген сигналды естіп, бәрі өз орындарына қарай жүгіріп келіп, орындықтардың артына отырады. Тәрбиеші қайтадан: «Күн шықты! барындар, серуендендер», - дейді, ойын қайта басталады.	
II – апта	№88. Көктем келді	Орында тұрып жіп үстінен секіруді үйретеді.. Денені түзу ұстап, тізені жоғары көтеріп, аяқты екпінмен аяқтың ұшына қойып, тепе-теңдік сақтап, кедергілер арқылы аттауды бекітеді. Музыкалық ырғақты қабылдау, көңілді көңіл күй бере білу сезімдерін, мәтін мазмұнана сәйкес қимыл жасау; қол мен аяқ қимылының үйлесімділігін дамытады. Дене түзілісін бір-біріне соқтығыспауын қадағалайды.. Ұқыптылыққа тәрбиелейді.	Ұзынша жіп, доптар	Допты қуып жет Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзеңкені көрсетеді де алаңның бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзеңкеден доптарды алып, далалардан алысқа, әр жаққа лақтырады. Балалар доптарға жүгіреді, оларды алып кәрзеңкеге салады. Ойын қайталанады. Балалар қанша болса, допта сонша болуы керек. Олардың әрқайсысы допты қуып жетіп, кәрзеңкеге салатын болсын.	1
	№89. Автобуспен Наурыз мерекесіне барамыз	Аяқпен алма кезек жеңіл секіруге үйретеді. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұруды бекітеді. Табан бұлшықеттерін нығайту, дамытады. Дұрыс жүруді талап ету. Дене түзілісін қадағалайды. Балалардың берілген белгіге назар аудару, қабылдау, шығармашылық қабілеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді.	Ленолеумнан жасалған аяқ іздері, атрибуттар: тауықтар	Бақшадағы тауықтар Рейканың немесе жіптің көмегімен аздаған жер қоршалады. Ол- бақша. Одан қашық емес жерге орындық қойылады, бұл күзетшінің ролін алғашқыда тәрбиешінің белгілеумен белсенді балалар атқарады. Қалған балалар – тауықтар. Күзетші орындыққа отырған бойда тауықтар огородқа түседі, қорғанның астынан өтіп, бақшада жүгіреді, башаны шұжиды, қытқылдайды. Күзетші тауықтарды байқап, оларды бақшадан қуа бастайды- алақанын шапалақтайды, «Қыш-қыш» деп дауыстайды. Тауықтар қашып кетеді. Қорықшы бақшаны бір айналып шығады да қайтадан отырады. Ойын қайта басталады. Одан кейін басқа күзетші тағайындалады. Ойын осылайша 4-5 рет қайталанады.	1
	№90. Автобуспен Наурыз мерекесіне барамыз	Құм салынған дорбашаны оң және сол қолмен еркін қалыпта алға лақтыруды үйретеді. Аяқпен алма кезек жеңіл секіруге жаттықтырады. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұруды бекітеді. Табан бұлшықеттерін нығайту, дамытады.	Құм салынған дорбашалар, доптар	Допты қуып жет Ойын мақсаты: балаларды шыдамды, сабырлы қалыпта берілген белгіні тындауға, тез жүгіруге, түсетерін көлемін ажырата білуге баулу. Ойынның шарты: бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқарумен қатыса алады. Тәрбиеші доптарды себетке салып алып, балалардың алдына домалатып жібереді. «Допты қуып жет» деген белгі	1

		Дұрыс жүруді талап етеді. Дене түзілісін қадағалау. Балалардың берілген белгіге назар аудару, қабылдау, шығармашылық қабілеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді		бойынша ,балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек. к/құралдар: түрлі-түсті ,үлкен-кішілі доптар.	
III - апта	№91. Велосипед тебу	Үш дөңгелекті велосипедпен таныстырады. Ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге үйретеді. Мұғалімнің көмегімен рөлді басқару дағдысын дамытады. Қауіпсіздік ережесін сақтауға тәрбиелейді	Үш дөңгелекті велосипед	Орын тап. Екі жұп арқасын түйістіріп қойған екі орындыққа айналып музыканың сүйемелдеуімен билейді.Музыка кілт тоқтағанда, тұрған екі орындыққа отырып үлгеруі керек,орын алмай бос қалған екі адам айып төлейді, ән салу,би билеу, жұмбақ , жаңылтпаштар қайту	1
	№92. Велосипед тебу	Үш дөңгелекті велосипедпен жүруге үйретеді. Қимыл белсенділігін арттыру. Шапшаңдыққа, ептілікке тәрбиелейді.	Үш дөңгелекті велосипед	«Ұшты-ұшты» Педагог балаларға ұшты-ұшты қарлығаш ұшты дегенде балалар қолдарын көтеріп ұшады, педагог ұшты-ұшты орындық ұшты десе отыра қалады.	1
	№93.Жайлауға саяхат	Шектелген алаң бойы тепе-теңдік сақтап, тура алға қарап, денені түзу ұстап жүруге; орында тұрып қосарланып қос аяқпен жеңіл секіруге және қимылды жұбымен келесі орындауға үйретеді. Аяқты алға созып, аяқты ұшына, өкшеге қоя жүруге жаттықтырады. Баяу қарқында жүгіреді. Еденнен бір шеті 20 см биіктікке көтерілген көлбеу тақтай үстімен жүреді. Сапқа тұру, көрнекі бағыт бойынша шеңбер құрады. Икемділікке тәрбиелейді.	Ұзынша жіп,	Өз үйінді тап Ойыншылар 3-4 кішкентай аласа ұзынша орындықтарда отырады. Барлық балаларда әдемі үлкен ойыншықтар: бірінші тұрған ұзынша орындықта қуыршақ, екіншісінде - ит, үшіншісінде-мысық, төртіншісінде-аю, қоян. Тәрбиешінің «Серуенге шығамыз» деген нұсқауымен барлық балалар орындарынан тұрып тәрбиешінің соңынан жүреді. Серуен барысында балалар түрлі қозғалыс қимылын орындайды (секіреді,жүгіреді, жүреді). Тәрбиешінің «Жаңбыр жауа бастады» деген нұсқауымен балалар өз үйлеріне қарай жүгіреді.	1
VI - апта	№94. Жайлауға саяхат	Допты алға қарай домалатып, доптың соғынан еңбектеуге үйретеді. Аяқты алға созып, аяқты ұшына, өкшеге қоя жүруге жаттықтыру. Баяу қарқында жүгіреді. Орында тұрып, қосарланып қос аяқпен жеңіл секіру және қимылды жұбымен келесі орынға баулиды.Еденнен шамалы биіктікке көтерілген көлбеу тақтау үстімен жүреді. Орында тұрып қосарланып қос аяқпен жеңіл секіруге және қимылды жұбымен келесі орындауға үйретеді.	Доптар, еденнен шамалы биіктікте көтерілген көлбеу тақтай	Жүгіріп қағып ал. Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші үлкен әдемі доппен балаларға қарама-қарсы тұрады.(қашықтығы1,5-2м) Тәрбиеші « Бір лақтырамын, екі лақтырамын, үш лақтырамын, кім жүйрік қағып алсын!» -деп допты лақтырады да өзі қағып алып: «Қаға алмадыңдар қайта жүгіріңдер» дейді. Балалар өз орындарына қайта барып тұрады. Ойын жалғасады.	1

№95. Аттар	. Аттардың қимылын бейнелей, қолды еркін қалыпта ұстап жай, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру; өздігінен қосарланып шеңбер құрып тұру, қол ұстасып, шеңберді тарылтпай жүру; бір-біріне соғылмай, тез тоқтауға жаттықтыру. Қол мен аяқ қимылын үйлестіре тура шоқырақтап шабу. Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыруды үйретеді. Берілген белгіге назар аудару, музыка ырғағына сәйкес алақан шапалақтау, екі аяқпен бір мезгілде кезек-кезек тарсылдату, қимылды әсерленушілікпен орындайды. Икемділікке тәрбиелейді.	Доптар	Допты қуып жет Ойын мақсаты: балаларды шыдамды, сабырлы қалыпта берілген белгіні тыңдауға, тез жүгіруге, түсетерін көлемін ажырата білуге баулу. Ойынның шарты: бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқарумен қатыса алады. Тәрбиеші доптарды себетке салып алып, балалардың алдына домалатып жібереді. «Допты қуып жет» деген белгі бойынша, балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек. к/құралдар: түрлі-түсті, үлкен-кішілі доптар.	1
№96. Аттар	. Аттардың қимылын бейнелей, қолды еркін қалыпта ұстап жай, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру; өздігінен қосарланып шеңбер құрып тұру, қол ұстасып, шеңберді тарылтпай жүру; Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру. Музыка ырғағының өзгеруіне, берілген белгіге сәйкес қолды жоғары көтеріп, қолдың басын айналдыра, бір орында тұрып бір жаққа және келесі жаққа қарай айналуды үйретеді. Берілген белгіге назар аудару, музыка ырғағына сәйкес алақан шапалақтау, екі аяқпен бір мезгілде кезек-кезек тарсылдату, қимылды әсерленушілікпен орындау. Икемділікке тәрбиелейді	Доп, құстың қауырсыны	Құстың қауырсыны кімге барады. Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады.	1

Перспективалық жоспар
Дене шынықтыру
Ортаңғы топ
2021– 2022 оқу жылы
Мамыр айы

Өтпелі тақырып: «Табиғаттың гүлденуі»

Мақсаты: Қоршаған орта экологиялық мәдениет негіздері және табиғатқа ұқыпты қарау туралы алғашқы түсініктер қалыптастыру.
Міндеті: Қоршаған әлемді қабылдауға, меңгерген білім - білік дағдыларын қолдануға қабілетті үрдістерге үйрету. Танымдық қызметін дамыту. Қоршаған ортаға деген сүйіспеншіліктерін тәрбиелеу.

I - анта	№97. Ұшақтар	. Биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсуді үйретеді. Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру дағдыларын бекіту. Ырғақты және жеңіл жүгіру дағдыларын дамытады.	Гимнастикалық орындық, ұзынша жіп	Құстың қауырсыны кімге барады. Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады.	1
	№98. Ұшақтар	Алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеп, модуль арқылы аунап өтуді үйрету. Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру дағдыларын бекітеді. Музыка ырғағына сәйкес өз қимылын бере білу, қимылды үйлесімді, жеңіл жүгіру дағдыларын, иық пен аяқтың бұлшықеттерін дамытады. Ептілікке әтрибелейді	Модуль, шар	Шарды ұста Тәрбиеші ортаға көп үрленген шарларды жайып тастайды. Ойын басталды деген кезде (тәрбиешінің көмегімен) балалар шарды ұстап тәрбиешіге береді. Кім көп шар жинаса сол бала жеңімпаз атанады, 10-15 сек. Ойын жалғасады	1
	№99. Хайуанаттар бағына саяхат	Алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеп, модуль арқылы аунап өтуді бекітеді. Музыка ырғағына сәйкес жануарлардың жүрісін бейнелей жүруге талпындару. Иық пен аяқтың бұлшықеттерін дамытады. Дене түзілісін қадағалау. Икемділікке тәрбиелейді	Модуль, доптар	Допты қуып жет Ойын мақсаты: балаларды шыдамды, сабырлы қалыпта берілген белгіні тыңдауға, тез жүгіруге, түсетерін көлемін ажырата білуге баулу. Ойынның шарты: бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқаруымен қатыса алады. Тәрбиеші доптарды себетке салып алып, балалардың алдына домалатып жібереді. «Допты қуып жет» деген белгі бойынша, балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек. к/құралдар: түрлі-түсті, үлкен-кішілі доптар.	1
II - анта	№100. Хайуанаттар бағына саяхат	Орташа допты бастан асыра жіп арқылы лақтыру. қолды еденге тигізбей, доға астынан өтуге үйретеді. Алақан мен тізені тіреліп, еңбектеп, модуль арқылы аунап	Орташа доптар, доғалар, модуль	Орын тап. Екі жұп аркасын түйістіріп қойған екі орындыққа айналып музыканың сүйемелдеуімен билейді. Музыка кілт	1

III - апта		өтуді бекітеді. Музыка ырғағына сәйкес жануарлардың жүрісін бейнелей жүруге талпындару. Лақтыру күшін екпінін, иық пен аяқтың бұлшықеттерін дамыту. Дене түзілісін қадағалауға тәрбиелейді		тоқтағанда, тұрған екі орындыққа отырып үлгеруі керек, орын алмай бос қалған екі адам айып төлейді, ән салу, би билеу, жұмбақ, жаңылтпаштар қайту	
	№101. Мерекеге барамыз	Төмпешіктер үстінен тізені жоғары көтеріп, еденнен екпінмен серпіле, серпілу мен қолды сермеу қимылын үйлестіре және тепе-теңдік сақтап жүруге үйретеді. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау дағдыларын дамытады. Дене түзілісі мен басты дұрыс ұстауларын қадағалайды. Икемділікке тәрбиелейді.	Төмпешіктер, гимнастикалы қ орындық	«Ұшты-ұшты» Педагог балаларға ұшты-ұшты қарлығаш ұшты дегенде балалар қолдарын көтеріп ұшады, педагог ұшты-ұшты орындық ұшты десе отыра қалады.	1
	№102. Мерекеге барамыз	Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйретеді. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау дағдыларын дамытады. Дене түзілісі мен басты дұрыс ұстауларын қадағалайды. Ептілікке тәрбиелейді.	Орташа доптар	Өз үйінді тап Ойыншылар 3-4 кішкентай аласа ұзынша орындықтарда отырады. Барлық балаларда әдемі үлкен ойыншықтар: бірінші тұрған ұзынша орындықта қуыршақ, екіншісінде - ит, үшіншісінде-мысық, төртіншісінде-аю, қоян. Тәрбиешінің «Серуенге шығамыз» деген нұсқаумен барлық балалар орындарынан тұрып тәрбиешінің соңынан жүреді. Серуен барысында балалар түрлі қозғалыс қимылын орындайды (секіреді, жүгіреді, жүреді). Тәрбиешінің «Жаңбыр жауа бастады» деген нұсқаумен балалар өз үйлеріне қарай жүгіреді. Ойынды қайталау барысында, тәрбиеші балаларға білдірмей ойыншықтардың орынын ауыстырып қояды. Балалар өз үйлерін тез, адаспай табуы керек	1
	№103. Қуыршақпен би	Шектелген алаң үстімен денені түзу ұстап, тепе-теңдік сақтап жүруді пысықтайды. Алға қарай жылжи отырып қос аяқпен жеңіл секіру, белгі бойынша тоқтауды үйрету. Музыка ырғағына сәйкес жүру, шығармашылық қабілетін, табан бұлшықеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Гимнастикалық орындық, доптар	Жүгіріп қағып ал. Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші үлкен әдемі доппен балаларға қарама-қарсы тұрады. (қашықтығы 1,5-2м) Тәрбиеші «Бір лақтырамын, екі лақтырамын, үш лақтырамын, кім жүйрік қағып алсын!» -деп допты лақтырады да өзі қағып алып: «Қаға алмадыңдар қайта жүгіріңдер» дейді. Балалар өз орындарына қайта барып тұрады. Ойын жалғасады.	1

				Ойын кезінде балалардың қағып алуына мүмкіндік жасап, қойып жүреді. Қалған балалар соңына еріп жүреді.	
	№104. Куыршақпен би	Орындықтың аяқтарының арасынан еңбектеп өтуді үйретеді. Алға қарай жылжи отырып қос аяқпен жеңіл секіру, белгі бойынша тоқтауды үйретеді. Музыка ырғағына сәйкес жүру, шығармашылық қабілетін, табан бұлшықеттерін дамытады. Ептілікке тәрбиелейді.	Орындықтар, доптар	Допты қуып жет Ойын мақсаты: балаларды шыдамды, сабырлы қалыпта берілген белгіні тыңдауға, тез жүгіруге, түсетерінің көлемін ажырата білуге баулу. Ойынның шарты: бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқаруымен қатыса алады. Тәрбиеші доптарды себетке салып алып, балалардың алдына домалатып жібереді. «Допты қуып жет» деген белгі бойынша, балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек. к/құралдар: түрлі-түсті, үлкен-кішілі доптар.	1
	№105. Түрлі түсті шарлар әлемі	Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, қуғыншылардан жалтара қашуға үйрету. Музыка ырғағына сәйкес таныс би қимылын орындау; шығармашылық қабілеттерін дамыту; иық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Түрлі түсті жалаушалар	Бақшадағы тауықтар Рейканың немесе жіптің көмегімен аздаған жер қоршалады. Ол - бақша. Одан қашық емес жерге орындық қойылады, бұл күзетшінің ролін алғашқыда тәрбиешінің белгілеумен белсенді балалар атқарады. Қалған балалар – тауықтар. Күзетші орындыққа отырған бойда тауықтар огородқа түседі, қорғанның астынан өтіп, бақшада жүгіреді, башаны шұқиды, қытқылдайды. Күзетші тауықтарды байқап, оларды бақшадан қуа бастайды - алаканын шапалақтайды, «Қыш-қыш» деп дауыстайды. Тауықтар қашып кетеді. Қорықшы бақшаны бір айналып шығады да қайтадан отырады.	1
VI - апта	№106. Түрлі түсті шарлар әлемі	Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, қуғыншылардан жалтара қашуға үйрету. Музыка ырғағына сәйкес таныс би қимылын орындау; шығармашылық қабілеттерін дамыту; иық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамытады. Ұқыптылыққа тәрбиелейді	Түрлі түсті жалаушалар	Өз түсінді тап Балалар үш-төрт жалаушалар алады. Біріншісі - жасыл, екіншісі - көк, үшіншісі - сары жалауша алады да 4-6 баладан бөлменің немесе алаңның бұрыштарында топтасады. Әр бұрыштағы орындықтың	1

				үстіне тәрбиеші әр түрлі жалаушалар (жасыл, көк, сары,) қояды. Тәрбиешінің: «Қыдыруға барыңдар», деген сигналы бойынша балалар топтанып немесе жеке- жеке алаңды немесе бөлмені аралап кетеді. «Өз түсінді тап »,- деген жаңа сигнал бойынша балалар өздеріне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіреді.	
№107. Жаз мезгілі де келді	Музыка ырғағына сәйкес өзіндік қимыл бере білуге талпындырады. Қимыл кезінде қол мен аяқты үйлесімді қимылдату; иық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Ұзын жіп, кегельдер	Кеглиді көзде Балалар екі қатарға бөлініп тұрады,тізілген кеглиларды қолдарындағы доппен көздеп құлату керек. Әрбір бала өзінің неше кегли құлатқанын есінде сақтап отырады.Допты оң қолымен , сол қолымен де домалатуға болады	1	
№108. Жаз мезгілі де келді	Музыка ырғағына сәйкес өзіндік қимыл бере білуге талпындырады. Қимыл кезінде қол мен аяқты үйлесімді қимылдату; иық, мойын және аяқ бұлшық еттерін дамытады. Икемділікке тәрбиелейді	Велосипед, секіргіштер	«Секіру» ойыны Ысқырық бойынша балалар текшелерге дейін секіреді және кейін қарай қайтады.	1	
Барлығы					108