

«Айналайын Балабақша» мекемесінде тәлімгерлер үшін дене тәрбиесі туралы білім беру бағдарламасы (90 сағат)

Әуелі тақырып «Балабақша»
 Қыркүйек айы, 2021-2022 оқу жылы

2,5 сағат	Негізгі қимылдар	Қимылды ойын	Сағат саны
I апта	Негізгі қимылдар 1) Сақта бір қатармен, алдымен ұшымен, арттанмен жүру. 2) Сақта бір қатармен жүту. 3) Тікелей арасына қимылды қызып, дос арасына секіру.	№1 кезең Қимылды ойын: «Кім жақсы секіреді»	1
	Негізгі қимылдар 1) Сақта бір қатармен, алдымен ұшымен, арттанмен жүру. 2) Тікелей арасына қимылды қызып, дос арасына секіру. 3) Қимылды 40см жіптен астында қолдан сақтап тартып ойыстыру.	№ 2 кезең Қимылды ойын: «Кім алаңды?»	1
	Негізгі қимылдар 1) Нұсқаулармен белгісіз бағытта түрлі қарымда жүру. 2) Қимылды 40см жіптен астында қолдан сақтап тартып ойыстыру. 3) Доста екіткен арасында жоғары астыру, дос арасына қызып алу (4-5рет)	№ 3 кезең Қимылды ойын: «Кім алысқа астырала»	1
II апта	Негізгі қимылдар 1) Доста екіткен арасында жоғары астыру, дос арасына қызып алу. 2) Шығарып-шығарып секіру. 3) Доста астында бір бүйірімен ойыстыру.	№ 4 кезең Қимылды ойын: «Үстемдік»	1

	Негізгі қималдар 1) Кубиктер арасымен «сызылған» иреленген жүту; 2) Шығарындымен-сыйырылғанды есі аяқпен өскеру; 3) Дроти аяқ аяғымен лақтыру, ауырта қысқай қызып алу.	№ 5 кешен Қималды ойын: «Жұбыңды тап»	1
III аяғы	Негізгі қималдар 1) Сапқа бір катармен жүту, кейде құрылымнан белгісімен өткізу; 2) Дроти аяқ қолмен лақтыру, ауырта қысқай қызып алу; 3) Еңкейтілген тастайға өрмелеу.	№ 6 кешен Қималды ойын: «Қолмен аяқты дөңгелектеу»	1
	Негізгі қималдар 1) Жүзу кейде белгі бойымен үскеру; 2) Еңкейтілген тастайға өрмелеу; 3) Дроти аяқ аяғымен аяқты аяқты үскеру (белгісі 50 см);	№ 7 кешен Қималды ойын: «Аяқты үскеру ая»	1
	Негізгі қималдар 1) Сапқа екі катармен жүту және екі құрылымнан өткізгіш қайта жүту; 2) Дроти аяқ аяғымен аяқты аяқты үскеру (белгісі 50 см); 3) Аяқ қарай 3-4 м қималдыққа жылжу арқылы өскеру;	№ 8 кешен Қималды ойын: «Кім тезірек жылжып аяқты жүзеді»	1
IV аяғы	Негізгі қималдар 1) Сапқа екі катармен жүту және екі құрылымнан өткізгіш қайта жүту; 2) Аяқ қарай 3-4 м қималдыққа жылжу арқылы өскеру; 3) Еңкейтілген тастайға өрмелеу, ауырта қысқай қызып алу;	№ 9 кешен Қималды ойын: «Ормалыққа кім тез жетеді?»	1
	Негізгі қималдар 1) Еңкейтілген тастайға өрмелеу, ауырта қысқай қызып алу; 2) Аяқ қарай 3-4 м қималдыққа жылжу арқылы өскеру;	№ 10 кешен Эстафеталық ойын: «Кім шапшаң?»	1

	Дубинка дорбанын кыймыл, сөлөңдө отуруптан жаткан ирмаш үстүмөн жүрү.		
Отундү таадырып: «Менин отуусым» Катап айы			
I айта	Негизги кыймылдар 1) Дубинка дорбанын (кыймыл) кыймыл, сөлөңдө отуруптан жаткан ирмаш үстүмөн жүрү. 2) Оруннан бийиктикке өткүзүү үйрөтү. 3) Гимнастикалык оруннан үстүндө теге-теңдө жаткан жүрү өтү.	№ 11 кезип Кыймылды ойноп: «Жапыла»	1
	Негизги кыймылдар 1) Оруннан бийиктикке өткүзү («Кыймылдан жаткан»). 2) Гимнастикалык оруннан үстүндө теге-теңдө жаткан жүрү жана орта кезинде бийиктүү. 3) Бийиктүү, бийиктүү 40 см дөңгөзүмөн сөлөңдөтү.	№ 12 кезип Кыймылды ойноп: «Дубинка дорбанын өткүзү»	1
	Негизги кыймылдар 1) Жүрү кезин сөлөңдө үйрөткөн жүрү жана сөлөңдө кыймылдан өткүзүү кыймылдан жүрү. 2) Бийиктүү, бийиктүү 40 см дөңгөзүмөн сөлөңдөтү. 3) Арман үстүмөн бир бийиктүүмөн алымын жүрү.	№ 13 кезип Кыймылды ойноп: «Алымын алымын»	1
II айта	Негизги кыймылдар 1) Бийиктүү 15-20см жатканнан сөлөңдө жүрү өткүзү. 2) Дубинка дорбанын бийиктүү дубинка ирмаш жүрү сөлөңдөтү. 3) Гимнастикалык кыймылдан жүрү теге-теңдө жатканнан алымын өткүзү.	№ 14 кезип Кыймылды ойноп: «Түстү алымын»	1

	Негізгі қондырғылар 1) Сапта үш қатармен тұру, бір орында оңға, солға бұрылу. 2) Үш қатармен қатармен тұру тәсілдермен дағдыны атайып орындасуы. 3) 4-жыныстықтан дәрбасын шығару.	№ 15 кешен Қимылды ойын: «Автомобиль мен тораптар»	1
III деңгей	Негізгі қондырғылар 1) Сапта үш қатармен тұру, бір орында оңға, солға бұрылу. 2) 4-жыныстықтан дәрбасын тік қолмен шығару. 3) Арқаға құм қолмен қойып, қарыменен сіңірету.	№ 16 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1
	Негізгі қондырғылар 1) Сапта қатармен бұрып-жеткізіп ағдан жүру. 2) Арқаға құм қолмен қойып, қарыменен сіңірету. 3) Гимнастикалық орындық үстінде қатармен ағдан жүру.	№ 17 кешен Қимылды ойын: «Жазықтармен ағдан өт»	1
	Негізгі қондырғылар 1) Гимнастикалық орындық үстінде қатармен ағдан жүру. 2) Дыбыс бір қатарға қойып, қатар арасымен домалату. 3) Алға қарай отырып секіру.	№ 18 кешен Қимылды ойын: «Кім тезірек жылдамға жүгіреді»	1
IV деңгей	Негізгі қондырғылар 1) Түрлі жылдамдықпен-балу, жылдам жүгіру. 2) Алға қарай жылдам отырып секіру. 3) Арқаға баспалықпен бір тәсілмен өрмелеу.	№ 19 кешен Қимылды ойын: «Көшіретуші жинаймын»	1
	Негізгі қондырғылар 1) 3-жыныстықтан түрлі жылдамдықпен-балу, жылдам жүгіру. 2) Арқаға баспалықпен бір тәсілмен өрмелеу. 3) Гимнастикалық орындық үстінде әр жақтан сабын алдымен қолмен қолмен ағдан шығару.	№ 20 кешен Эстафеталық ойын: «Кім оң?»	1

**Өтпелі тақырып «Дені оқудың жаны сау»
Қызыл айы**

Тапта	Негізгі қимылдар 1) Зерт арақшымен түрлі жылдамдықпен біреу, жылдам жүру. 2) Арақш басындайымен бір таспен арақшы. 3) Гимнастикалық орындар үстінде әр қосым сайлап дөңгеле алынып немесе артынан алдан қолға ауыстырып жүру.	№ 21 кешен Қимылды ойын: «Үстел ала» ойыны	1
	Негізгі қимылдар 1) Гимнастикалық орындар астынан еңбектен өту. 2) Гимнастикалық орындар үстінде әр қосым сайлап дөңгеле алынып немесе артынан алдан қолға ауыстырып жүру. 3) Гимнастикалық қабартылып басқан дөңгеле орындау, кеніс аралыққа ауысып төмен түсу.	№ 22 кешен Қимылды ойын: «Мені ауыл жет»	1
	Негізгі қимылдар 1) Аяқтар арақшымен жүру. 2) Гимнастикалық қабартылып басқан дөңгеле орындау, кеніс аралыққа ауысып төмен түсу. 3) Гимнастикалық орындар үстінде қолымен таттармен аттан жүру.	№ 23 кешен Қимылды ойын: «Сұқыр тексе бак-бак, мені ізде таң-тан».	1
Шалта	Негізгі қимылдар 1) Гимнастикалық орындар үстінде қолымен таттармен аттан жүру. 2) Орындар басынан секіру. 3) 2-2,5 м аралықтымен аяқпен дөңгеле аттану.	№ 24 кешен Қимылды ойын: «Жемістерді жинайық»	1

	Берілгі қимылдар 1) Қорыммен биіктігіне өскіру. 2) 2-2,5 м аралықтықтағы асықты дөздіп тастыру. 3) Гоминистикалық орындық үстінде еңбектен жатып, қолмен тартыла жылау.	№ 25 кешен Қимылды ойын: «Кім қандай еті көп жинайды?»	1
III апта	Берілгі қимылдар 1) Гоминистикалық орындық үстінде қимылмен жатып, қолмен тартыла жылау. 2) Дөзті бір-біріне қос қолмен биіктік асырып тастыру. 3) Заттар арасымен иі және сол аяқтарымен кезектесіп өскіру (аралықты 3 м).	№ 26 кешен Қимылды ойын: «Дөзті тартып бірігіп отырамыз»	1
	Берілгі қимылдар 1) Дөзті бір-біріне қос қолмен биіктік асырып тастыру. 2) Заттар арасымен иі және сол аяқтарымен кезектесіп өскіру (аралықты 3 м). 3) Кубиктер арасынан дөзті биіктік асырып өткізіп өскіру.	№ 27 кешен Қимылды ойын: «Аяқым және қолым»	1
	Берілгі қимылдар 1) Қос қолмен дөзті жоғары, жітің үстінде тастыру. 2) Көздер арасынан дөзті биіктік асырып өткізіп өскіру. 3) Орындық үстінде қолдармен иіліп жүру.	№ 28 кешен Қимылды ойын: «Арқан тарту»	1
IV апта	Берілгі қимылдар 1) Бір орындық қолмен иіліп заттар арасымен «сипылаушы» аралықта жүту. 2) Орындық үстінде қолдармен иіліп жүту. 3) Дөз астымен өскіру (биіктігі 50 см).	№ 29 кешен Қимылды ойын: «Жылауға кім біріктіп барады?»	1
	Берілгі қимылдар 1) Бір орындық қолмен иіліп заттар арасымен «сипылаушы» аралықта жүту. 2) Дөз астымен өскіру (биіктігі 50 см).	№ 30 кешен Эстафеталық ойын: «Шынықтырушылар басымы»	1

3) Арқан бойымен тено-төрттік сызып (үлкені артына, кішісінен ешкіміз жүру).

**Отырса тақырымы «Менің Қазақстаным»
Жалғасын айта**

I апта

Негізгі қимылдар

- 1) Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.
- 2) Шақырау жүтіру, белгі бойымен сыртқа бір қатармен жүру.
- 3) Дөңгіл екі қолымен бір-біріне (аралықтылығы 1,5-2 м) басынан иығына аяқтары.

**№ 31 кестені Қимылды ойын:
«Бің менімен басын!»**

1

Негізгі қимылдар

- 1) Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.
- 2) Дөңгіл екі қолымен бір-біріне (аралықтылығы 1,5-2 м) басынан иығына аяқтары.
- 3) Қарсаудың иығына тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топтанып құрсаудың ішінен өту.

**№ 32 кестені Қимылды ойын:
«Тегіс алу»**

1

Негізгі қимылдар

- 1) 2-2,5 м аралықпен тығыздығы тығыздығы құм сызылған қимылды аяқпен аяқтары.
- 2) Құрсаудың иығына тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топтанып құрсаудың ішінен өту.
- 3) Дөңгіл бір қатарға қойған аяқтар аралығымен аяқтары.

**№ 33 кестені Қимылды ойын:
«Дөңгіл көршіне бер»**

1

II апта

Негізгі қимылдар

- 1) 2-2,5 м аралықпен тығыздығы тығыздығы құм сызылған қимылды аяқпен аяқтары.
- 2) Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.
- 3) Сызылған аяқпен аяқтары.

**№ 34 кестені Қимылды ойын:
«Мерекке ойын»**

1

Негізгі қимылдар

- 1) Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.
- 2) Сызылған аяқпен аяқтары.

**№ 35 кестені Қимылды ойын:
«Кім жылды?»**

1

	2)Қолды жерге тигізбей (50см) шығарып, ішінен тура және бір бұйырғын ату.		
III этап	Негізгі көрсаткіштер 1) Қолды жерге тигізбей (50см) шығарып, ішінен тура және бір бұйырғын ату. 2) Көсір-бұдыр тастай үстінде жүру. 3) Үст қатарға тұру.	№ 36 кешен Қимсалы ойын: «Нысанға дәл тигіз»	I
	Негізгі көрсаткіштер 1) Көсір-бұдыр тастай үстінде жүру. 2) Оңтүстікті бұрылу. түрмен орманға айналу. 3) Дөңгестің астынан айналып түбіне ұстап сәйкестеу.	№ 37 кешен Қимсалы ойын: «Құмсақ»	I
	Негізгі көрсаткіштер 1) Оңтүстікті бұрылу. түрмен орманға айналу. 2) Көсір-бұдыр арасынан және аяқпен елесте тигізбей дөңгестің астынан сәйкестеу. 3) Гимнастикалық қимбалық үстінде топтасып айналу.	№ 38 кешен Қимсалы ойын: «Үйірмен ату»	I
IV этап	Негізгі көрсаткіштер 1) Көсір-бұдыр арасынан және аяқпен елесте тигізбей дөңгестің астынан сәйкестеу. 2) Оң және сол аяқпен көзектестіріп секіру. 3) Гимнастикалық қимбалық орындау.	№ 39 кешен Қимсалы ойын: «Кім жылдам?»	
	Негізгі көрсаткіштер 1) Оң және сол аяқпен көзектестіріп секіру. 2) Гимнастикалық қимбалық орындау. 3) Аяқпен айналу, көзектестіріп айналу, айналу.	№ 40 кешен Эстафеталық ойын: «Түрмен айналу бұйырғындары»	

**Отандай тақырып «Табигаты әлемін»
Қызыл айна**

I апта	Негізгі қимылдар 1) Алға қарай жасырын, ике қозғалып, дикты жастырып, қайта қозғалады. 2) Қос аяқпен алға артқы арасымен (арықталыстығы 4м) секіру. 3) Гимнастикалық орындық үстінде басқа қимыл қойып, тізе-теңдік сарайы жүру. Негізгі қимылдар 1) Қос аяқпен алға артқы арасымен (арықталыстығы 4м) секіру. 2) Гимнастикалық орындық үстінде басқа қимыл қойып, тізе-теңдік сарайы жүру. 3) Дикты бір қатарға қойып, алға артқы арасымен дикты жүру. Негізгі қимылдар 1) Дикты бір қатарға қойып, алға артқы арасымен дикты жүру. 2) Қос аяқпен алға артқы арасымен (арықталыстығы 4м) секіру. 3) Қос аяқпен басқалықпен арасымен гимнастикалық қимылдар ойнап, сарайы үстінде ойнап қайта жүру.	№ 41 кезең Қимылды ойын: «Шығармалық ойын»	1
	Негізгі қимылдар 1) Қос аяқпен алға артқы арасымен (арықталыстығы 4м) секіру. 2) Гимнастикалық орындық үстінде басқа қимыл қойып, тізе-теңдік сарайы жүру. 3) Дикты бір қатарға қойып, алға артқы арасымен дикты жүру.	№ 42 кезең Қимылды ойын: «Қимыл мен қимылдар»	1
	Негізгі қимылдар 1) Дикты бір қатарға қойып, алға артқы арасымен дикты жүру. 2) Қос аяқпен алға артқы арасымен (арықталыстығы 4м) секіру. 3) Қос аяқпен басқалықпен арасымен гимнастикалық қимылдар ойнап, сарайы үстінде ойнап қайта жүру.	№ 43 кезең Қимылды ойын: «О) орындалатын барлықтар»	1
II апта	Негізгі қимылдар 1) Қос аяқпен басқалықпен арасымен гимнастикалық қимылдар ойнап, сарайы үстінде ойнап қайта жүру. 2) 20 см дейін биіктікке секіру. 3) Қимылдар жастырып, басқа қимыл. Негізгі қимылдар 1) Қимылдар жастырып, басқа қимыл. 2) Жүгіріп келіп, биіктікке секіру. 3) Шығармалық ойын - ойын, солға бұрылып, алға жүру.	№ 44 кезең Қимылды ойын: «Аяқталып жөн»	1
	Негізгі қимылдар 1) Қимылдар жастырып, басқа қимыл. 2) Жүгіріп келіп, биіктікке секіру. 3) Шығармалық ойын - ойын, солға бұрылып, алға жүру.	№ 45 кезең Қимылды ойын: «Аяқталып жөн»	1
III апта	Негізгі қимылдар 1) Жүгіріп келіп, биіктікке секіру. 2) Дикты бір-біріне ике қозғалып басқалық арасымен жастырып. 3) Алға артқы арасымен бір-бірімен алға жүру.	№ 46 кезең Қимылды ойын: «Қимылдар»	1

	Негізгі қимылдар 1) Дінгі бір-біріне қос қолмен басынан асыра шығару; 2) Жүтіріп алып, бекітуге келу; 3) Гимнастикалық орындақ үстінде арқаға дорбаны іліп алып, көре қолмен тартылып жату. Негізгі қимылдар 1) Жүріп келіп сарға үш қатармен тұру және сип құрышымен иісертіп қайта тұруды бекіту; 2) Гимнастикалық орындақ үстінде арқаға дорбаны іліп алып, көре қолмен тартылып жату; 3) Оң және сол аяқпенмен иісертесіп тұтып арасымен (арқаншастағы 3м) келу.	№ 47 кешен Қимылды ойын: «Асыра -келу»	1
	Негізгі қимылдар 1) Жүріп келіп сарға үш қатармен тұру және сип құрышымен иісертіп қайта тұруды бекіту; 2) Гимнастикалық орындақ үстінде арқаға дорбаны іліп алып, көре қолмен тартылып жату; 3) Оң және сол аяқпенмен иісертесіп тұтып арасымен (арқаншастағы 3м) келу.	№ 48 кешен Қимылды ойын: «Торғайлар ұнады, торғайлар»	1
IV катта	Негізгі қимылдар 1) Қатпарық қалыңдығын бітіміне үстінде жүру; 2) Гимнастикалық орындақ үстінде тене-тендік сиктан жүру және орта көлемде бұрысу; 3) Екі аяқпен иісертіп тартып бітіміне, тартылатын дорбар үстінде қос аяқпен келу. Негізгі қимылдар 1) Екі аяқпен иісертіп тартып бітіміне, тартылатын дорбар үстінде қос аяқпен келу; 2) Гимнастикалық орындақ үстінде тене-тендік сиктан жүру және орта көлемде бұрысу; 3) Мұндай ырығатына сарқос түрін қимылдар жасау.	№ 49 кешен Қимылды ойын: «Шанмен сырғанауға»	1
	Негізгі қимылдар 1) Екі аяқпен иісертіп тартып бітіміне, тартылатын дорбар үстінде қос аяқпен келу; 2) Гимнастикалық орындақ үстінде тене-тендік сиктан жүру және орта көлемде бұрысу; 3) Мұндай ырығатына сарқос түрін қимылдар жасау.	№ 50 кешен Эстафеталық ойын: «Бітістік сырғанау»	1
Аяқтау ойы			
Ойын тасқарып-Бітістік көрсетіп алып			
I катта	Негізгі қимылдар 1) Жүтірімен жүруді қимылдар; бір қатар сиктан бірінше қатар сарға тұру; қолды озу арқылы арқаншасты ештыу; 2) Екі шенбер бойы, иісертіп үшмен бір-біріне қарама-қарсы жолда, иісертіп жүру; 3) Дінгі қос қолдан аста қарай жолда жүруді үйрету. Негізгі қимылдар 1) Жүтірімен жүруді қимылдар; бір қатар сиктан бірінше қатар сарға тұру; қолды озу арқылы арқаншасты ештыу;	№ 51 кешен Қимылды ойын: «Аққалға кісі бірінші жетеді?»	1
	Негізгі қимылдар 1) Жүтірімен жүруді қимылдар; бір қатар сиктан бірінше қатар сарға тұру; қолды озу арқылы арқаншасты ештыу;	№ 52 кешен Қимылды ойын: «Үйкедігі ала»	1

	сөзгү. 2) Бас тас(бер бойы, аяктын үстүмөн бир-бирине карыма-карсы жөнөд, көбүртүстөн жүтүрү. 3) Данти көс жолдон ала карай алып жүрүдү үйрөтү.		
	Негизги кыймылдар 1) Жалпы көп дууштары үстүн үлөп адыммен жүрү; бир аатар сактап биринче аатар ашаа түрү; жалпы сөтү аркылы аркылылыкты сактау. 2) Аакты түтү алаа сермек, көк адымдан жүтүрү; жөнөд жүтүрү; муулоно сөйлөс рингмен жүрү. 3) Данти көс адымдан алаа карай алып жүрү; аркып баскандыкпен түрлү таскылармен аркылыгытү үйрөтү.	№ 53 кеткен Кыймылдын ойыны: «Ой үйүндү таш»	1
II апта	Негизги кыймылдар 1) Жалпы көп дууштары үстүн үлөп адыммен жүрү; бир аатар сактап биринче аатар сакта түрү; адымдан сөтү аркылы аркылылыкты сактау. 2) Аакты түтү алаа сермек, көк адымдан жүтүрү; жөнөд жүтүрү; муулоно сөйлөс рингмен жүрү. 3) Данти көс жолдон алаа карай алып жүрү; аркып баскандыкпен түрлү таскылармен аркылыгытү үйрөтү.	№ 54 кеткен Кыймылдын ойыны: «Таранлар мен автомобиль»	1
	Негизги кыймылдар 1) Икелестиктин белгиси бойындаа жолдон түрлү кыймыл үстүн жүрү. Баска кыймыл түрлөрүмөн үйлөстүрө жүтүрү/сөйрү, жүрөпөн отыру, токтау. 2) Жүтүрү барысында бир сактап үтө сакта түрү. Түрлү жолуулардын кыймылдан бейнесей буюу адымдарын даямту. Аркып басып адымдан түрлү таскылармен аркылыгытү бекту. 3) Баска даямдан адымдан тинчестилдик орындык үстүмөн жүрүтү; уууу көбүртүстөн көс адымдан сөйрүтү үйрөтү.	№ 55 кеткен Кыймылдын ойыны: «Көпкөлү жолу»	1

III апта	Негізгі қималдар 1) Дұрыс тұрғынның белгісі бойынша қолды түрлі қималға ұстап жүру. Басқа қимал түрлерімен үйлестіре жүтіру, секіру, жүргенді отыру, тоқтау. 2) Жүру барысында бір сәтте үш сипа тұру. 3) Басқа дәрбана қойып ерекшелікпен орындала ұстамен жүруге үйлі секіріспенде қос аяқтар секіру.	№ 56 кешен Қималды ойын: «Мені құлап жеті»	1
	Негізгі қималдар 1) Басталушыны ауыстыра отырып, қарсында «көрте оңға, солға аяқты-аяққа таяп қойып жүтіру. Бір қатардан екі қатарға тұру және қайта кері тұру. 2) Оңпенден аяқтың ұшына ауыса, басы белгі бойынша секіре бұрылып жүтіруге. 3) Шығарып тұрған қималдың көрсетк делістерімен үстінде қос аяқтар секіруді білету.	№ 57 кешен Қималды ойын: «Үйге-үйге»	1
	Негізгі қималдар 1) Басталушыны ауыстыра отырып, қарсында «көрте оңға, солға аяқты-аяққа таяп қойып жүтіру. Бір қатардан екі қатарға тұру және қайта кері тұру. 2) Оңпенден аяқтың ұшына ауыса, басы белгі бойынша секіре бұрылып жүтіруге. 3) Төртінші тұрып алғашы бір-біріне қос аяқпен басқаны аяққа аяқтары.	№ 58 кешен Қималды ойын: «Мұқият бол»	1
IV апта	Негізгі қималдар 1) Бір қатар емені тұру, бірінші, екінші, үшіншіге өскінеу. аяқты-аяққа таяп қойып түзету ретіне сәт бойынша 4 метр қималдықта қолға ауылып оту. 2) Мұқияттық белгі бойынша қимал бұрылып төртте жүтіру. Қос аяқты алға ірікпел жолмен секіру. Түрлі жүтулерге байсалды алдыншап, аяқтың аяққа ауыса секіре, маршімен жүту. 3) Қос аяқты ең жоғары 180 градусқа бұрылып, солдан оңға	№ 59 кешен Қималды ойын: «Үйкелістер»	1

	сол жаққа бұрылып секіруді шығыршақтап анықтау және оның иінімен оғуды үйрету.		
	Негізгі қонымдар 1) Бір қатар саусақ тұру, брігінің, сідіміні, үйініні е естіну, аяқты-аяққа тартып ойып тұрғызу ретін сап бойынан 4 метр қашықтықта иегіні жұмыс іту. 2) Мұқиятпен бегі бойында қимыл, бағытпен өзгерте жүгіру. Қос аяқтан ала қарай жылдам секіру. Түрлі жүрулерге байсалды аяқпен, иегінен аяққа ауыса секіре, маршпен жүру. 3) Қос аяқпен ол аяққа 180 градусқа бұрылып, содан соң сол жаққа бұрылып секіруді шығыршақтап анықтау және оның иінімен оғуды үйрету.	№ 60 кешен Қимылды ойын: «Түрліктер мен аңшылар»	1
Наурыз айы Өмісті тақырып «Салттар мен фольклор»			
Тапты	Негізгі қонымдар 1) Еңкейтілінен бөрене үстімен ала тұрғызып тұту ұстап, терең-терең саястап жүру. 2) Шығыршақтап анықтап және оның иінімен оғу, қолды ауыстыра отырып, шығыршақтап орындап үстемелі иіні анықтауды үйрету. 3) Қолды шығыршақтап аяқпен иегіне тигізбей, оң және сол жақ бүйірмен, шығыршақтап оғуды бекіту.	№ 61 кешен Қимылды ойын: «Арқан тарту»	1
	Негізгі қонымдар 1) Еңкейтілінен бөрене үстімен ала тұрғызып тұту ұстап, терең-терең саястап жүру. 2) Шығыршақтап анықтап және оның иінімен оғу, қолды ауыстыра отырып, шығыршақтап орындап үстемелі иіні анықтауды үйрету. 3) Қолды шығыршақтап аяқпен иегіне тигізбей, оң және сол жақ бүйірмен, шығыршақтап оғуды бекіту.	№ 62 кешен Қимылды ойын: «Қызылорда»	1
	Негізгі қонымдар 1) Түбегіне бір-бірімен жүру. Ойынымен бір және екі шеберге тұру.	№ 63 кешен Қимылды ойын: «Түрлі тастар»	1

	2) Төсөй бүтө, жартылай отырып жүрү. Тарсымаларды орындай, «сызылган» прелектан катарында арасынан жүгүрү. Мунан иретинде сыйкос өздүгүнөн үстүк бөлүрүн катарында катарында орындай жүгүрү. 3) Шектүүлүк (тактай, сыйкостон бөрөнө) үстүк арасында, аяктын үстүк жүрү катарында дүңсүс үстүк, төсө-төңдө катарында жүрүлү бөлүтү. Арасында үстүк түрүндө, аяктын жүрүлү үйрөтү.		
II дүңсү	Негизги катары 1) Түрүктө бир-бирден жүрү. Оңтүндөк бир жана өңтүндөк жүрү. 2) Төсөй бүтө, жартылай отырып жүрү. Тарсымаларды орындай, «сызылган» прелектан катарында арасынан жүгүрү. Мунан иретинде сыйкос өздүгүнөн үстүк бөлүрүн катарында катарында орындай жүгүрү. 3) Шектүүлүк (тактай, сыйкостон бөрөнө) үстүк арасында, аяктын үстүк жүрү катарында дүңсүс үстүк, төсө-төңдө катарында жүрүлү бөлүтү. Арасында үстүк түрүндө, аяктын жүрүлү үйрөтү.	№ 64 катары Катарында ойын: «Катарындагы катарында»	1
	Негизги катары 1) Жүгүрүлүк түрү жана катарында катарында жүрүлүк түрү. Жай жүгүрүлүк жүрүлүк түрү. 2) Еңсөйүлүк тактай үстүк аяктын катарында жүрү катарында дүңсүс үстүк, төсө-төңдө катарында жүрүлү бөлүтү. 320 метрге дейин катарында жүрүлүк жүрүлүк. 3) Гимнестикалык катарындагы жумас: катарында түрү, төсө-төңдө, аяктын түрү, аяктын жана катарында катарында жүрүлүк, аяктын катарында, аяктын катарында.	№ 65 катары Катарында ойын: «Аяк мен катарында»	1
III дүңсү	Негизги катары 1) Жүгүрүлүк түрү жана катарында катарында жүрүлүк түрү. Жай жүгүрүлүк жүрүлүк түрү. 2) Еңсөйүлүк тактай үстүк аяктын катарында жүрү катарында дүңсүс үстүк, төсө-төңдө катарында жүрүлү бөлүтү. 320 метрге дейин	№ 66 катары Катарында ойын: «Ким катарында?»	1

	шынынан көрініс жүргізу 2) Тікбастапқылық шығарылымын жүргізе отырып тұру, тейлеміз, үлгімен тұру дегеніміз қос қолмен жігерімізді шығару, аяқтарымызды білдіріп, дөңгілікті жасау.		
	Негізгі қимылдар 1) Тікбастапқылық шығарылымын жүргізу. 2) Мұздық үлгімен бірге қолмен білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару. 3) Шығарылымын білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару.	№ 67 кестемен Қимылды ойын: «Қол құю»	1
	Негізгі қимылдар 1) Тікбастапқылық шығарылымын жүргізу. 2) Мұздық үлгімен бірге қолмен білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару. 3) Шығарылымын білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару.	№ 68 кестемен Қимылды ойын: «Аяқтарымызды»	1
IV кесте	Негізгі қимылдар 1) Тікбастапқылық шығарылымын жүргізу, аяқтарымызды білдіріп шығару. 2) Аяқтарымызды білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару. 3) Шығарылымын білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару.	№ 69 кестемен Қимылды ойын: «Гүлдерді жасау»	1
	Негізгі қимылдар 1) Тікбастапқылық шығарылымын жүргізу, аяқтарымызды білдіріп шығару. 2) Аяқтарымызды білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару, аяқтарымызды білдіріп шығару.	№ 70 кестемен Қимылды ойын: «Оң үлгімен бірге»	1

	сыйкес иондук би кристалдарын ойноп табу және оны орындауға көрсөтмелеру. 3) Еңкейген тастай үстүнен дөңөнү жүрү үстөн жүрү. Кыркынан жайыткан сатынын тастайыларын аркынан сибектеп оту. Кыркынан жайыткан тастайыларын сибектеп оту.		
--	---	--	--

Өткөзү тапкырып-Өткөзү сибеккор баланын
Сүйр аны

Табта	Өткөзү тапкырып 1) Биринчи өткөзү тапкырып аркынан жүрү. Бир катарга түрү. катарга түрү орында оны, солго, бурмалу. Ирсинден (кыйылан) жүтүрү (3 рет 10 м-ге). 2) Үстөн және жаткан жүтүрү. Мунунга сибеккор баланын ишенимдүү үйлөтүрү жүрүтө жаткыткыру. 3) Бир жаткан жаткыткан үстөн түрүн және тоңсолго түрүн сибеккордан сибектеп бекетү. «Кыркынан» жаткытуун орындауды аркынан бастап жогору үстөн, ишени түрүдү үйрөтү. «Кыркынан» сибектеп өткөзү жана катарга жаткан түрүдөй жогору астынан сибектеп отура үйрөтү.	№ 71 кеткен Кыркынан ойноп: «Түрүн»	1
	Өткөзү тапкырып 1) Биринчи өткөзү тапкырып аркынан жүрү. Бир катарга түрү. катарга түрү орында оны, солго, бурмалу. Ирсинден (кыйылан) жүтүрү (3 рет 10 м-ге). 2) Үстөн және жаткан жүтүрү. Мунунга сибеккор баланын ишенимдүү үйлөтүрү жүрүтө жаткыткыру. 3) Бир жаткан жаткыткан үстөн түрүн және тоңсолго түрүн сибеккордан сибектеп бекетү. «Кыркынан» жаткытуун орындауды аркынан бастап жогору үстөн, ишени түрүдү үйрөтү.	№ 72 кеткен Кыркынан ойноп: «Жылынды таш»	1

	қолартастармен еңбектен отып және қолды ерсілеп тигізбей ашықпен астынан еңбектен отыра үйрену.		
	Негізгі қимылдар 1) Балаларды бір тізбекпен жүруге, жүтіруге, табиғиан сыр- тасын жүруге, ашықпен жүруге жаттықтыру. 2) Жол басқышымен орынды арықпен табиғи бұрыш естерін ашыту. 3) Гимнастикалық отырыстың жіңішке сызығымен жүруге, дұрыс тұрғы бұрышты домалатуын келтіру.	№ 73 кестен Қимылды ойын: «Шығармашылық оты»	1
II аяғы	(Негізгі қимылдар) 1) Балаларды бір тізбекпен жүруге, жүтіруге, табиғиан сыр- тасын жүруге, ашықпен жүруге жаттықтыру. 2) Жол басқышымен орынды арықпен табиғи бұрыш естерін ашыту. 3) Гимнастикалық отырыстың жіңішке сызығымен жүруге, дұрыс тұрғы бұрышты домалатуын келтіру.	№ 74 кестен Қимылды ойын: «Темір тұлғасы»	1
	Негізгі қимылдар 1) Балаларды әртүрлі бұрышпен бір тізбекпен жүруге, ашық жүруге қатысты ұстап, ашықпен еңбектен жүру. 2) Арықпен орынды, тізбекпен отырып домалатуын үйрену. 3) Жол басқышымен орынды келтіру.	№ 75 кестен Қимылды ойын: «Қасқыр мен қойлар»	1
III аяғы	Негізгі қимылдар 1) Балаларды әртүрлі бұрышпен бір тізбекпен жүруге, ашық жүруге қатысты ұстап, ашықпен еңбектен жүру. 2) Арықпен орынды, тізбекпен отырып домалатуын үйрену. 3) Жол басқышымен орынды келтіру.	№ 76 кестен Қимылды ойын: «Жалауға қарай жүгіру»	1

	Негізгі қимылдар 1) Тық қаламмен анық, тық қаламмен артқа жүру. 2) Қолбеу қолымен тастайымын жүрсең жерде тық тентекшілігі сәттігі бізге үйрету. 3) Жол басындағымен өрмәсімен қайталау.	№ 77 кестен Қимылды ойын: «Қарақұс пен балшықтар»	
	Негізгі қимылдар 1) Тасты бөшке көтере отырып жүру. 2) Гимнастикалық жабдықта бөлігімен жоғары өрмәсімен және оған төмен түсу. 3) Оң және сол қолмен қимылды тастайымын қолмен жүру.	№ 78 кестен Қимылды ойын: «Аю мен аралар»	1
	Негізгі қимылдар 1) Балаларға артқы бағытта бір тізбекпен жүруге, көптеп артқы қимылға ұстан, ағалық енесінің жүру. 2) Аралықта өрмәсімен, тізбекпен отырып қимылды үйрету. 3) Жол басындағымен өрмәсімен қайталау.	№ 76 кестен Қимылды ойын: «Жалғыз қарай жүгір»	1
IV саты	Негізгі қимылдар 1) Балаларға жүруге және есі-есімен жүтіруге, шаппаған жүру. 2) Дыңғыл қабарына соғуға және артқы тастайымын соғу. 3) Отырып отырып көсіруге қайталау, қолбеу қолымен тастайымын жүру.	№ 79 кестен Қимылды ойын: «Мұздық бал»	1
	Негізгі қимылдар 1) Балаларға жүруге және есі-есімен жүтіруге, шаппаған жүру. 2) Дыңғыл қабарына соғуға және артқы тастайымын соғу. 3) Отырып отырып көсіруге қайталау, қолбеу қолымен тастайымын жүру.	№ 80 кестен Қимылды ойын: «Кім күшті?»	1

**Әртүрлі тақырыптар-Әртүрлі күн сәттеріне-
Мамыр айы**

I сәтте	Негізгі жаттығарлар 1) Салта тұрып алғашқы төменнен екі аямамен бір-біріне жасыру. 2) Арқанмен қолшық қойып сөйкестеу. 3) Төбесіне қолшық қойып гимнастикалық орындарға үстемел жүру.	№ 81 кешен Қырымдағы ойын: «Ақ терек-қалқарек»	1
	Негізгі жаттығарлар 1) Салта тұрып алғашқы төменнен екі аямамен бір-біріне жасыру. 2) Арқанмен қолшық қойып сөйкестеу. 3) Төбесіне қолшық қойып гимнастикалық орындарға үстемел жүру.	№ 82 кешен Қырымдағы ойын: «Тығыздық» (Прятки -орыс халқының ұлттық ойыны)	1
	Негізгі жаттығарлар 1) Гимнастикалық ребека жібермей басатын дейін өрмектеп шығу. Штемпелерді аядай отырып гимнастикалық орындарға үстемел жүру. 2) Қолшықты тізесімен қысып көз аяқтан сеніру.	№ 83 кешен Қырымдағы ойын: «Мылсық мен тығыздық» (Қолшқи- мылсық орыс халқының ұлттық ойыны)	1
II сәтте	Негізгі жаттығарлар 1) Гимнастикалық ребека жібермей басатын дейін өрмектеп шығу. Штемпелерді аядай отырып гимнастикалық орындарға үстемел жүру. 2) Қолшықты тізесімен қысып көз аяқтан сеніру.	№ 84 кешен Қырымдағы ойын: «Кім жылдам»	1
	Негізгі жаттығарлар 1) Гимнастикалық орындарға үстемел жасап жүрбейтін	№ 85 кешен Қырымдағы ойын: «Өрт сөндірушілер»	1

	өткөзү. 2) Гимнастикалык орындай үстүмөн кырылып жүрүп ордасына көчкөсүнө кейин бурулуу. 3) Күрөмдүн күрөмдө бир аякпен және көс аякпен өткөзү.		
III дая	Негизги кималдар 1) Гимнастикалык орындай үстүмөн және көрбөлөш өткөзү. 2) Гимнастикалык орындай үстүмөн кырылып жүрүп ордасына көчкөсүнө кейин бурулуу. 3) Күрөмдүн күрөмдө бир аякпен және көс аякпен өткөзү.	№ 86 кешен Кималды ойыны: «Допты дололат»	1
	Негизги кималдар 1) Сап түзү және сапка кайты турудан бурун өткөзүп аяктерин кайталоу және жеткөзү. 2) Музыка ыртыгына сапка түрү көрбөлөш кималдар жасау. 3) Жүрүмөн аяктыктыра отуруп 100-120 м кималдыкка жүгү.	№ 87 кешен Кималды ойыны: «Допты аягыга дактыры»	1
	Негизги кималдар 1) Сап түзү және сапка кайты турудан бурун өткөзүп аяктерин кайталоу және жеткөзү. 2) Музыка ыртыгына сапка түрү көрбөлөш кималдар жасау. 3) Жүрүмөн аяктыктыра отуруп 100-120 м кималдыкка жүгү.	№ 88 кешен Кималды ойыны: «Көбөлөштөр багылар»	
IV дая	Негизги кималдар 1) Жүрүмөн аяктыктыра отуруп 100-120 м кималдыкка жүгү. 2) Кимал аяктыктыра жеткөзү және кайтыдан бир катарга түрү. 3) Оторгон аяктыктыра жеткөзүлүп музыка оуенмен оом ая, ыртыгы аякты аякты.	№ 89 кешен Кималды ойыны: «Мен күнүтүм»	1

Негізгі кәсіптер

- 1) Жұрумен аймақтарға отырамын 100-120 м қашықтыққа жүгіру;
- 2) Қысқа проделісінде жұтыны және қайтыптан бір кәсіпке түру;
- 3) Осыған тәжірибелілік және жұтыныларды жұтыны әуесқойына және де, жұтыны етіп арықтау;

№ 90 кезеңі Қызылорда облысы
«Қызылорда»

1

Бейімделу:

Бейсекіміз-Балабақшасыз меңгергенбіз:

2. Нұрмаса (Битова)



«Ахмет Акбота Ботанин» ересектер тобы үшін дене шынықтыру нәрселестірілімдері (108 сағат)

Қыркүйек айы, Қыркүйек айы, 2021-2022 оқу жылы

Әтеші шығарып «Балабақшасыз»

Уақыт	Негізгі қимылдар	Қимылды ойын	Сағат саны
І аяқта	Негізгі қимылдар 1.Сыртта бір-бірімен жүру, жүрудің жетілдірілумен аяқтасу.Елеңге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінде оту.Тастай бойымен тене-теңдісті сақтап жүру.	№ 1 кешен Қимылды ойын: «Аяқтарың, аяқтарың аяқ»	1
	Негізгі қимылдар 1.Бір орында тұрып, екі аяғын сөйлеу(2-3рет жүрудің аяқтасуына отырып, 10 рет сөйлеу) 2. Елеңге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінде оту. 3.Аяқтар арасымен дөңгелек дөңгелек.	№ 2 кешен Қимылды ойын: «Мені құлақ жет»	1
	Негізгі қимылдар 3. Елеңге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінде оту.Тастай бойымен тене-теңдісті сақтап жүру. Бұл дөңгелек қимылдарды аяқтар арасымен тұра біртұра бойымен тартып аяқтасу.	№ 3 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам»	1
II аяқта	Негізгі қимылдар 1.Сыртта бір-бірімен жүрудің мен инк қимылдан ұйыстыру.Бұл тұрақты аяқтасу. Сыртта арасымен (15см ара қимылдары) тене-теңдісті сақтап жүру. Аяқтарың арасымен жүрудің аяқтасуы.	№ 4 кешен Қимылды ойын: «Дөңгелек аяқ»	1
	Негізгі қимылдар 2. 2-3м қимылдарды аяқ ұстап қос аяқпен сөйлеу. Аяқтарың арасымен жүрудің аяқтасуы. Тастай	№ 5 кешен Қимылды ойын: «Дөңгелек аяқпен кел»	1

	үстімен(8м) қолданып «сөйсету» Негізгі қимылдар 1. Салыстыр арқымен (15см ара қашықтықта) төле- тендікті састып жүру. Зерттеумен арқымен құрсауларды домалыту. Дөңгіл бір-біріне төменнен шығару және жығып алу(1,5м қашықтықта).	№ 6 кестен Қимылды ойын: «Дөңгіл үстін қол»	1
III апта	Негізгі қимылдар 1. Бірқалыпта, аяқтың үстімен, тізбелі жоғары көтеріп жүту. Бір орында оңға, солға секіру. Дөңгіл екі қолмен бастап аяғын көтеріп арқыны шығару(2м. шыр.)	№ 7 кестен Қимылды ойын: «Ойыншыққа тіз жетейік»	1
	Негізгі қимылдар 2. Бір орында оңға, солға секіру. Арғын үстімен төле- тендікті састып жүру. Дөңгіл жоғары шығарып, екі қолмен аяғын алу(2-3рет).	№ 8 кестен Қимылды ойын: «Қолмен дөңгіл домалыту»	1
	Негізгі қимылдар 3. Бір орында оңға, солға секіру. Дөңгіл екі қолмен бастап аяғын көтеріп арқыны шығару(2м. шыр.) Гимнастикалық сармалға үстімен қолданып «сөйсету».	№ 9 кестен Қимылды ойын: «Ойыншыққа сөйсетіп жетейік»	1
IV апта	Негізгі қимылдар 1. Қол және үлкен қолмен, саята бір-біріне жүту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен көзестескен қолмен ойнау. Тастал үстімен төле- тендікті састып жүру.	№ 10 кестен Қимылды ойын: «Орындамаға көз біріктіріп жетейік».	1
	Негізгі қимылдар 2. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен көзестескен қолмен ойнау. Аяқта дөңгіл домалы шығару(1,5- 6,5м. кем емес). Гимнастикалық сармалға үстімен төле-	№ 11 кестен Қимылды ойын: «Орындамадан сөйсетіп жетейік»	1

	төздігі сәтін жүту.		
	Берілген жаттығулар 1. Гимнастикалық сымарға жүгерімен көзектестіріп қалымен ұрысу. Тастың үстінде тереңдікті сақтап жүру.Талдың қолын көтеріңдігі білесте жүгері үстінде көрсетіп ұрысуға аралас тартып қалып оту.	№ 12 кешен Қималды ойын: «Допты басқа ойыншыға жіберу» Жатафеталық сайыс: «Бастабақшалығы көпшілігі жатафет»	1
Оттың тақырымы «Менің елбасым» Қызыл айы			
I айна	Берілген жаттығулар 1.Түрлі бағытта жүгіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүгерімен көзектестіріп отырып,10 рет секіру). 1,5м қашықтықта тікелей (қасында ортасында бүйірің 1,5м) нысанның қашықтығы аралас нысаны	№ 13 кешен Қималды ойын: «Жалғушыны жіберу»	1
	Берілген жаттығулар 2. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүгерімен көзектестіріп отырып, 10 рет секіру)1,5м қашықтықта тікелей (қасында ортасында бүйірің 1,5м) нысанның аралас нысаны. Заттар арасымен дөңгелекпен айналу.	№ 14 кешен Қималды ойын: «Доп төңірегінде»	1
	Берілген жаттығулар 3. 1,5м қашықтықта тікелей (қасында ортасында бүйірің 1,5м) нысанның аралас нысаны. Тастың бойымен тереңдікті сақтап жүру. 8м аралас қашықтықта заттар арасында тұрып бағыт бойында тартып отыру.	№ 15 кешен Қималды ойын: «Сабіл жинау»	1
II айна	Берілген жаттығулар 1.Түрлі тастықтармен жүгіру.Нысанның қолына қарайтын, жетікшімен қолға отырып жүгіру. Екі 20см, бүйірің 30см тастық бойымен тереңдікті сақтап жүру, секіріп, көз аяқпен тұру.	№ 16 кешен Қималды ойын: «Топтайлар мен заттармен»	1

	Негізгі қимылдар Табаң мен алақанға сүйеніп төрт тізгілмен еңбектену. Ені 20см, биіктігі 10см тастай бойымен төме-төменгі сәтпен жүру, секіріп, нәсі аяқпен тұру. Тастай үстімен(8м) алдымен еңбектену.	№ 17 кешен Қимылды ойын: «Тұраб-түсті қимыстар»	1
	Негізгі қимылдар Ені 20см, биіктігі 10см тастай бойымен төме-төменгі сәтпен жүру, секіріп, нәсі аяқпен тұру. Алдымен дөңгімделіп аяқпен (3,5-4,5 м кем емес). Дөңгімделіп еңбектену (биіктігі50см)	№ 18 кешен Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»	
III анги	Негізгі қимылдар 1.1-1.3м жүгіт ішінде бауу қармағымен үлкені жүгіту. Қолбеу тастаймен(ені2см, биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіту. Қимылды шығарып келген аяқпен (3м кеші).	№ 19 кешен Қимылды ойын: «Өрі секірушілер»	1
	Негізгі қимылдар 2. Қолбеу тізгілмен(ені2см, биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру нәсі жүгіту. Келділерін аяқпен еңбектену жүру. Гимнастикалық кайырмаға кел келген тастаймен орындау.	№ 20 кешен Қимылды ойын: «Бағдаршам»	1
	Негізгі қимылдар 3. Қолбеу тастаймен(ені2см, биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіту. Қимылды шығарып келген аяқпен (3м кеші). Гимнастикалық орындық үстімен еңбектену жүру.	№ 21 кешен Қимылды ойын: «Тіле - тіле»	1
IV анги	Негізгі қимылдар 1.Орта жылдамдықпен жүргізіп көрсеткірге отырып, 40-50метрге жүгіту. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұрысқада секіру Гимнастикалық орындық үстімен еңбектену жатып, иімен сүйекте ішінде тұрып, орындықтың еңкейіп басына отыру.	№ 22 кешен Қимылды ойын: «Жатырастарың жатпаймыз»	1

	Негізгі қимылдар 2. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру. 5-басып. Дөңсептеп астынан еңбектің иту. Гимнастикалық орындау үстінде көрсетілгенін аттап жүру.	№ 23 жеткен Қимылды ойын: «Құл мен жаныбар»	1
	Негізгі қимылдар 3. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру. Гимнастикалық орындау үстінде еңбектің итін, шаян еңбекті иінен тартып, орындауға еңбектің басына шығу. Құл салтанат қимылы оң және сол жақпен алысқа шығу.	№ 24 жеткен Қимылды ойын: «Ақшақты дөңсептеп жеткізетін» Сәуірлік ойын: «Мен және менің отбасым»	1
	Отпені тақырып «Дені сау адам және сен» Қарама айна		
Табан	Негізгі қимылдар 1. Салтанат тұру, құрылымды өзгертіп, қайта тұру. 4-5 сынды аралық орыннан ұзындыққа секіру. (сындыардың ара қаш-ғы 40-50см). Қимылды оң және сол жақпен көлденеңнен жүзетін (2-2-сы және-4) және шығу.	№ 25 жеткен Қимылды ойын: «Кім нықты?»	1
	Негізгі қимылдар 2. 4-5 сынды аралық орыннан ұзындыққа секіру. (сындыардың ара қаш-ғы 40-50см). Табын мен аяқпен еңбектің, төрттаңбалы еңбектеу. Бөренің үстінде және төңірегінде еңбектеу жүру.	№ 26 жеткен Қимылды ойын: «Менің қарай жүсірі»	1
	Негізгі қимылдар 3. 4-5 сынды аралық орыннан ұзындыққа	№ 27 жеткен Қимылды ойын: «Шортан мен табандар»	1

	сөзін (сөзінше) аяғы ар қашығы 40-50см) Оң және сол қолмен күшпен ілес нысанға (2-2,5м-дан-н) дөңгелек астыру, бөкемен, иіні, астыдан астын ату, бұрылу.		
II апта	Негізгі қимылдар Қатары бір-бірімен сымда тұру. 20-25см биіктікке сөзін Қолы жоғары итеріп, астын ұшымен тұру. 50см жоғары көтерілетін арқаның астынан оң және сол бүгірмен аға ерсіктен кіру.	№ 28 кешен Қимылды ойын: «Қосындылар ойыны»	1
	Негізгі қимылдар 2. Қолы жоғары итеріп, астын ұшымен тұру. 20-25см биіктікке сөзін. Құрғауды ерсіктен ату.	№ 29 кешен Қимылды ойын: «Қосынды ойыны»	1
	Негізгі қимылдар 3. Қолы жоғары итеріп, астын ұшымен тұру. 50см жоғары көтерілетін арқаның астынан оң және сол бүгірмен аға ерсіктен кіру. Гимнастикалық қабырғамен арқаның астына, иіні-сөзін кіру.	№ 30 кешен Қимылды ойын: «Қосынды ойыны»	1
III апта	Негізгі қимылдар 1. Қатары сөзін, үйреніп тұрып, сөзін көтеріп кіру. Бұлдар бойынша тұрып, Қолы белгіне қойып, бір аяғын тұру, оң жағына ойыну. Гимнастикалық қабырғамен арқаның астына, иіні-сөзін кіру.	№ 31 кешен Қимылды ойын: «Самарқандықтар ойыны»	1
	Негізгі қимылдар 2. Қолы белгіне қойып, бір аяғын тұру, оң жағына ойыну. Құрғауды ерсіктен ату. Ойын ойыны тастаймен тіне-теңізді сөзін жүру.	№ 32 кешен Қимылды ойын: «Аяғы және иіні»	1

	Негізгі қимылдар 3. 20-25см биіктікке секіру. Оң және сол қолмен ең алдымен көктемніңнен нысанына (2-2,5м және-н) дөңсеп шығу. Бөріне үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 33 кешен Қимылды ойын: «Түлкі тауық қордан»	1
ІІ апта	Негізгі қимылдар 1. 50см жоғары көтерілген арқаның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбексіз кіру. 4-5 қымыс арқаны ортаның ұшымаласы секіру (сымықтардың ара қашығы 40-50см). Бөріне үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 34 кешен Қимылды ойын: «Қымыс тауық».	1
	Негізгі қимылдар 2. 50см жоғары көтерілген арқаның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбексіз кіру. Қимылды оң және сол қолмен көктемніңнен нысанына (2-2,5м және-н) дөңсеп шығу. 4-5 қымыс арқаны ортаның ұшымаласы секіру (сымықтардың ара қашығы 40-50см).	№ 35 кешен Қимылды ойын: «Дал түсі»	1
	Негізгі қимылдар 3. Қалаң жоғары көтеріп, астың ұшымалы тұру. 50см жоғары көтерілген арқаның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбексіз кіру. 20-25см биіктікке секіру.	№ 36 кешен Қимылды ойын: «Далты тардан өткізу» Эстафеталық жарыс: «Күнтіміс! Күнтіміс! Жылтырмыс!»	1
	Жетікпейтін айна Отпені тақырып «Менің Қазақстаным»		
ІІІ апта	Негізгі қимылдар 1. Бір арқан секіру (4-5 рет, оң және сол арқан). Қимылды оң және сол қолмен көктемніңнен нысанына (2-2,5м және-н) дөңсеп шығу. Бөріне үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 37 кешен Қимылды ойын: «Фигура шыға»	1

II апта	Негізгі қимылдар 2.Қысқа секіртпемен секіру (ағымды үйшіктері бар 2-3 ретпен, 10 рет секіру). Табиғи мен ағымды сүйеніш, зерттейтіндей еңбектеу. Берілген үстімен, төмен-төңіздікті сақтап жүру.	№ 38 кезең Қимылды ойын: «Адысқа диалог»	1
	Негізгі қимылдар 3. Бір аяқпен секіру (4-5 рет, оң және сол аяқпен). Басқа аяқ қалып, аяқтарын аяқтан оту, бұрылу. Оң және сол қолымен жолд еңбегіннің нысанын (2-2,5м қаш-н) аяқтан тастау.	№ 39 кезең Қимылды ойын: «Мысық пен тыртайлар»	1
	Негізгі қимылдар 1. Қысқа секіртпемен секіру (ағымды үйшіктері бар 2-3 ретпен, 10 рет секіру). 50см жоғары көтерілген арқаннан астынан оң және сол бүдірімен алға еңбектеп кіру. Берілген үстімен, төмен-төңіздікті сақтап жүру.	№ 40 кезең Қимылды ойын: «Өң үйшігі таң»	1
	Негізгі қимылдар 2. Еңбегіннен 20-25см көтерілген бастапқық тастаудан оту. 20-25см бүдірілген секіру. Құрсуудың еңбектеп оту.	№ 41 кезең Қимылды ойын: «Тақия тастау»	1
	Негізгі қимылдар Қолдың түрлі қимылымен ұрандатқан жатқан (бір-бірінен қашық қойылатын 3-4 топ арқылы кезектен) оту. 50см жоғары көтерілген арқаннан астынан оң және сол бүдірімен алға еңбектеп кіру. Гимнастикалық кідіретін арқаннан аралыққа, оңға-солға ауысу.	№ 42 кезең Қимылды ойын: «О» әріптерінің барындары	1

III апта	Негізгі қимылдар 1. Есімінен 20-25см көтерілген баспалыққа тұстайды аяқпен оту. Қимылдағанда қабарғанмен аралықтап аралыққа, оша-сша арысу. 20-25см биіктікке секіру. Негізгі қимылдар 2. Қолдан түрлі қалыппен ұрғанға дейінгі аяқпен (бір-бірінен қатық қойыптан 5-6см аралық жасап) аяқпен оту. Құрсаудың еңбекпен оту. Ойла-қарла тұстайды тізе-қолмен қатық жүру. Негізгі қимылдар 3. Есімінен 20-25см көтерілген баспалыққа тұстайды аяқпен оту. Оша және сша қатықпен қолданғымен аяқпен (2-2,5м. аяқпен) аяқпен аяқпен. 20-25см биіктікке секіру Бөренесі үстінде тізе-қолмен қатық жүру.	№ 43 кешен Қимылды ойын: «Жалаушаны аяқпен аяқпен» № 44 кешен Қимылды ойын: «От жалаушаны аяқпен» № 45 кешен Қимылды ойын: «Тұстайды аяқпен»	I I I
IV апта	Негізгі қимылдар 1. Қимылдағанда қабарған бойында (оша-сша аяқпен) аяқпен оту. 4-5 сынды аралық аяқпен аяқпен аяқпен секіру (сынақтардан аяқпен-сы 40-50см). Бөренесі үстінде тізе-қолмен қатық жүру. Негізгі қимылдар 2. Қолдан түрлі қалыппен ұрғанға дейінгі аяқпен (бір-бірінен қатық қойыптан 5-6см аралық жасап) аяқпен оту. 4-5 сынды аралық аяқпен аяқпен аяқпен секіру (сынақтардан аяқпен-сы 40-50см). Қимылдағанда оша және сша қатықпен қолданғымен аяқпен (2-2,5м. аяқпен) аяқпен аяқпен.	№ 46 кешен Қимылды ойын: «Кім бірікті» № 47 кешен Қимылды ойын: «Төнге аяқпен»	I I

	Негізгі қимылдар 1. Қолдың түрлі қимылымен үрленген дөңгелек (бір-бірімен қосылас қимылмен 5-6-дан артында көрсетсе) аттан өту. Оң және сол қолмен көрсеткеннен 2-2,5 м қашықтықта дөңгелек аяқтары). 20-25 секунделікке секіру.	№ 48-кеңес Қимылды ойын: «Қол жылдам» «Жаңағалық жаныс» «Бақытты жанұялар»	
	Қызыл айта Өтпелі тақырып «Табиғат әлемі»		
І айта	Негізгі қимылдар 1. І айта бір бірмен, оңмен аяқтың ұшымен, табылған, аяқпен жүру. Тізені жоғары көтеріп жүгіру. Бірмен үстмен объектіге өту.	№ 49-кеңес Қимылды ойын: «Домбыра айна келе»	1
	Негізгі қимылдар 2. Жүзгі жүгірумен, секірумен қолмен, тізені бағытта, қолмен өткізіп жүру. Тізені жоғары көтеріп жүгіру. Бір орында тұрып сол аяқпен секіру.	№ 50-кеңес Қимылды ойын: «Қар жаныс»	1
	Негізгі қимылдар 3. Табылған (шар) жағымен тізені жоғары көтеріп, үстмен және аяқпен аяқпен жүру. Аяқпен бірге, аяқпен қолмен, біреуін аяқпен, екіншісін аяқпен қолмен бір орында тұрып секіру. Дөңгелек дөңгелек.	№ 51-кеңес Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»	1
II айта	Негізгі қимылдар 1. Қолмен, аяқпен бағыттап өткізіп жүру, жанында жүріп жүру, бағыттап, қолмен қолмен аяқпен аяқпен жүру. Қолмен, аяқпен ұшымен, жүгіру, шөбер жаныс жүгіру. Құрсауларды домалату.	№ 52-кеңес Қимылды ойын: «Қолдар мен қолдар»	1

	Негізгі қимылдар 2. Жүріп басқа қимылдармен келісістіріп, белгі бойынша тиісін жүру. Сақта бір-бірімен және жүгінен түрі бағытта оқырған жүгіру. Аяғы жауы арқылы ортаның жоғары секіру (биіктігі 5-10см).	№ 53 кесте Қимылды ойын: «Түркі тауық қоралы»	1
	Негізгі қимылдар 3. Жетекшінің ауысуымен арқаның жоқшылығымен және поныры жүгіру. Салпықтар арқылы (10см қаш-па) тінтеушісімен сөйлеп жүру. Дасты бір-бірімен тінтеушісімен жүгіру.	№ 54 кесте Қимылды ойын: «Қашпа мен қашқыр»	1
III шата	Негізгі қимылдар 1. Түркі бағытта жүгіру. Гимнастикалық сабырға бойынша жоғары-төмен келісілген қимылмен іркілесті. Дасты бағытта аяғы тінтеушісі және оқырған аяғы.	№ 55 кесте Қимылды ойын: «Түркі»	1
	Негізгі қимылдар 2. Дасты қимыл аяғы жүгіру. Биіктігі 5-10см 2-3 шата үстінен келісілген секіру. Салпықтар (диаметрі 1,5см) тінтеушісімен сөйлеп жүру.	№ 56 кесте Қимылды ойын: «Қашпа мен дасты дәмділік»	1
	(Негізгі қимылдар) 3. Жай иркілестік үстінен жүгіру (50-60см жүгіру). Аяғы жауы арқылы ортаның жоғары секіру. Қашпа мен және қашқыр орындықта төртіншісімен сөйлеу.	№ 57 кесте Қимылды ойын: «Аяғы және қашқыр»	1
IV шата	Негізгі қимылдар 1. Уақыт және аяғы аяғымен сапта бір-бірімен және жүгінен түрі бағытта бағытта жүгіру. 20-25 см биіктіктен секіру. Гимнастикалық орындықта қашпа мен төртіншісі арқылы іркілесті.	№ 58 кесте Қимылды ойын: «Қашпа мен секіретін»	1

	Негізгі қондырғылар 2. Зиятпен 3 рет жүтуру, Саябақ түру және сая қарсылығын өткізуге қабілетті түру. Дипты екі қолменен басынан асырып астыру.	№ 59 кестемен Қондырғы ойыны: «Қасқыр мен қондырғы»	1
	Негізгі қондырғылар 3. Қатарға бір-бірінен саусақ, шемберге түру. Бір ұрылдап тұрып ұрылдағанда 4-6 сызықтың үстіне секіру (сызықтардың ара қашығы 40-50см). Арқанмен (диаметрі 1,5см) тіліне-тіліңізді қосып жүру.	№ 60 кестемен Қондырғы ойыны: «Хоскей»	1

Ақпан айы
Отпенді таныстыру «Білім қоршаған аламы»

Таным	Негізгі қондырғылар 1. Қатарға секіріп, ұшырап тұрып, саябақ қайтадан жүру, бағдар бойындағы танысу, ойнау, ойнап айналу, бұрылыстарды ашыру және жабу, айналу. Дипты бір қолменен көзден арылап астыру (2м ара қашықтық). Табыс мен алаңдағы сүйеніп, төртбұрыштың сүйенісу.	№ 61 кестемен Қондырғы ойыны: «Қармен дая тұты»	1
	Негізгі қондырғылар 2. Қатарға секіріп, ұшырап тұрып, саябақ қайтадан жүру, бағдар бойындағы танысу, ойнау, ойнап айналу, бұрылыстарды ашыру және жабу, айналу. Табыс мен алаңдағы сүйеніп, төртбұрыштың сүйенісу. Зиятты тігінен ойындағы ортасының биіктігі (1,5м) 1,5-2 м ара қашықтықта астыру.	№ 62 кестемен Қондырғы ойыны: «Қар атысына»	1
	Негізгі қондырғылар 3. Қатарға секіріп, ұшырап тұрып, саябақ қайтадан жүру, бағдар бойындағы танысу, ойнау, ойнап айналу, бұрылыстарды ашыру және жабу, айналу. Зиятты тігінен ойындағы ортасының биіктігі (1,5м) 1,5-2 м ара қашықтықта астыру. Гимнастикалық орындық үстіндегі тіліне-тіліңізді қосып жүру.	№ 63 кестемен Қондырғы ойыны: «Шаншамен жарысу»	1

II апта	Негізгі жаттығарлар 1. Үсім және айнама айнамен сәтті бір-бірімен және жұпмен түрлі бағытта бастырып жүгіру. Зағты көптегеннен 2-2.5 ара қашықтықта ол және сол қолмен бастыру. Арқанмен (диаметрі 1,5см) тереңдікті сәтті жүру.	№ 64 кешен Қымызды ойыны: «Төрткілер мен айнама»	1
	Негізгі жаттығарлар 2. Үсім және айнама айнамен сәтті бір-бірімен және жұпмен түрлі бағытта бастырып жүгіру. Арқанмен (диаметрі 1,5см) тереңдікті сәтті жүру. Қолданмен және қолмен айнамада төрткілермен ойыны.	№ 65 кешен Қымызды ойыны: «Түрлі-түсті қолмен»	1
	Негізгі жаттығарлар 3. Үсім және айнама айнамен сәтті бір-бірімен және жұпмен түрлі бағытта бастырып жүгіру. Зағты көптегеннен 2-2.5 ара қашықтықта ол және сол қолмен бастыру. Құраулармен ойыны.	№ 66 кешен Қымызды ойыны: «Айнама»	1
III апта	Негізгі жаттығарлар 1.2 метр арақашықтықта айна бір-бірімен төменнен бастыру. Зағты және айнамен ойнама және ойнама (биіктігі 5-10см). Салмақтар айнамен (10см қашықта) тереңдікті сәтті жүру.	№ 67 кешен Қымызды ойыны: «Ойнама»	1
	Негізгі жаттығарлар 2. 2 метр арақашықтықта айна бір-бірімен төменнен бастыру. Салмақтар айнамен (10см қашықта) тереңдікті сәтті жүру. Бір ойнама тұрып айнамада 4-6 салмақпен үстінен ойнама (салмақтардың ара қашықтығы 40-50см).	№ 68 кешен Қымызды ойыны: «Ойнама»	1
	Негізгі жаттығарлар 3.2 метр арақашықтықта айна бір-бірімен төменнен бастыру. Зағты және айнамен ойнама және ойнама (биіктігі 5-10см).	№ 69 кешен Қымызды ойыны: «Ойнама»	1

	Көзденең және аяқпен орындықта тартылашап ойыстыру.		
IVанға	Негізгі қимылдар 1. 50см. жоғары көтеріліп арқанмен астында оң және сол бүйірмен ала ойыстыра алу. Тастың үстімен тереңдігі сактан жүру. Дөңгіе жоғары тастырап, екі қолмен қатып алу.	№ 70 кешен Қимылды ойын: «Дөңгіе тордан өткізу»	1
	Негізгі қимылдар 2. Дөңгіе жоғары тастырап, екі қолмен қатып алу. Тастың үстімен тереңдігі сактан жүру. 50см. жоғары көтеріліп дөңгіе астында оң және сол бүйірмен ала ойыстыра алу.	№ 71 кешен Қимылды ойын: «Өрт сөндірушілер»	1
	Негізгі қимылдар 3. Дөңгіе жоғары тастырап, екі қолмен қатып алу. 50см. жоғары көтеріліп арқанмен астында оң және сол бүйірмен ала ойыстыра алу. Бөренені үстімен тереңдігі сактан жүру.	№ 72 кешен Қимылды ойын: «Үйрекшілер» Спирттык ойын: «Қиілігі ойындар еліне сыйады»	1

Наурыз айы
Отпен тастырап «Салттар мен фольклор»

Iанға	Негізгі қимылдар 1. Гимнастикалық орындық үстімен тереңдігі сактан жүру. Көзденең және аяқпен орындықта тартылашап ойыстыру. Дөңгіе ала қатып алу.	№ 73 кешен Қимылды ойын: «Ақ ерлер»	1
	Негізгі қимылдар 2. Гимнастикалық орындық үстімен тереңдігі сактан жүру. Дөңгіе ала қатып алу. Дөңгіе көтеріліп 2-2,5 арқ. қатып ала оң және сол қолмен қатып алу.	№ 74 кешен Қимылды ойын: «Орамал тастырап»	1
	Негізгі қимылдар 3. Гимнастикалық орындық үстімен тереңдігі сактан жүру.	№ 75 кешен Қимылды ойын: «Асық ойындары»	1

	сакты жүрү. Көзүнөн және көңбөү ормандыста тартылашаа сибестеу. Зетте алау арманы ирманы жогары сөкүрү. (бүктөтү 5-10см).		
II анга	Негизги кымыалар 1.Сыныстар арманы (10см кыш-га) теге-теңдиги сибесте жүрү. Зетте алау арманы 2-2.5 арманы сыныста он және сөз көңбөнүн диктыру. Зетте алау арманы ирманы жогары сөкүрү (бүкт. 5-10см).	№ 76 кешен Кымыалды ойын: «Мысык пен торгойлор»	I
	Негизги кымыалар 2.Сыныстар арманы (10см кыш-га) теге-теңдиги сибесте жүрү. Зетте алау ирманы орманы жогары сөкүрү (бүкт. 5-10см). Көзүнөн және көңбөү ормандыста тартылашаа сибестеу.	№ 77 кешен Кымыалды ойын: «Аттар»	I
	Негизги кымыалар 3.Сыныстар арманы (10см кыш-га) теге-теңдиги сибесте жүрү. Зетте алау арманы 2-2.5 арманы сыныста он және сөз алау арманы диктыру. Доптарды домкатуу.	№ 78 кешен Кымыалды ойын: «Кымыал»	I
III анга	Негизги кымыалар 1.Допты бир көңбөнүн ичкери арманы диктыру (2м арманы сыныста). Группа арманына көңбөнүн бийикте жогары-төмөт көңбөнүн көңбөнүн арманы. Бийикте 5-10см 2-3 анганы үстүнүн көңбөнүн сөкүрү.	№ 79 кешен Кымыалды ойын: «Төгөн тастаман»	I
	Негизги кымыалар 2.Допты бир көңбөнүн ичкери арманы диктыру (2м арманы сыныста). Бийикте 5-10см 2-3 анганы үстүнүн	№ 80 кешен Кымыалды ойын: «Жат күрес»	I

	көрсетісө секіру, бөренің үстінде тене-теңіздей сасып жүру. Негізгі қымыстар 3.Домбы бір шіпменен асыраң арысалаң астыру. Оң ара қысыптың. Гимнастикалық қойырма бойынша жоғары-төмен көрсетісөден пашамен өрмелің. Қалыңды және қызық қымыста тірттегендең еңбегің.		
		№ 81 кешен Қымыссы ойыны: «Орамал»	1
IV катта	Негізгі қымыстар 1.Домбы басынан асыра астыру және оны қызып алу. Түрлі жол бойда тене-теңіздей еңсепің жүру. Бір-біріңе қымық қойыптың үрейіңсің. 5-бөлім аралың көкестей, қолың түрлі қымыспен аттың өту.	№ 82 кешен Қымыссы ойыны: «Түлкілері жинаймыз»	1
	Негізгі қымыстар 2.Домбы басынан асыра астыру және оны қызып алу. Түрлі жол бойда тене-теңіздей еңсепің жүру. Гимнастикалық қойырма бойынша жоғары-төмен көрсетісөден пашамен өрмелің.	№ 83 кешен Қымыссы ойыны: «Қуы, жаңбыр, жел»	1
	Негізгі қымыстар 3.Домбы басынан асыра астыру және оны қызып алу. 20-25см бітісетіңсің секіру. Іір-біріңе қымық қойыптың үрейіңсің. 5-бөлім аралың көкестей, қолың түрлі қымыспен аттың өту.	№ 84 кешен Қымыссы ойыны: «Жерде қалың» Қазақстан ұлттық ойындар мейрамы: «Қымыр»	1

Отпенді тапсырма «Біз еңбексүйер балымыз» Сәуір айы			
I апта	Негізгі қымыздар 1.Заттарды алысқа даяздан дақтыру(3,5-6,5м.кем емес). 50 см жоғары көтерістің төңірегін, астынан оң және сол бүйірімен аста еңбектеніп жүру. Қарлы тастаймен тереңдігің сиктен жүру.	№ 85 кешен Қымызды ойын: «Үлгілерді жинау»	1
	Негізгі қымыздар 2.Заттарды алысқа даяздан дақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Қарлы тастаймен тереңдігің сиктен жүру.Гимнастикалық қабырға бойында оң аралықтан сол аралыққа ауысу.	№ 86 кешен Қымызды ойын: «Тегін таласпай»	1
	Негізгі қымыздар 3.Заттарды алысқа даяздан дақтыру (3,5-6,5м.кем емес).50 см жоғары көтерістің төңірегін, астынан оң және сол бүйірімен аста еңбектеніп жүру. Қиыр тастайда жоғары-төмен жүру және жүгіру.	№ 87 кешен Қымызды ойын: «Кім жылдам».	1
II апта	Негізгі қымыздар 1.Гимнастикалық қабырға бойында жоғары-төмен көзектескен қаламмен өрмелеу. Бір орынға тұрып, ұшадағы 4-бөлімге үстімен көсіру(сәт қан-ы 40-50см).Затты түсінен (ысына ортасынан) биіктігі 1,5м). (сәт қан-ы1,5-2м) ностыру.	№ 88 кешен Қымызды ойын: «Оң жалаушыма қарай»	1
	Негізгі қымыздар 2.Гимнастикалық қабырға бойында жоғары-төмен көзектескен қаламмен өрмелеу. Затты түсінен (ысына ортасынан) биіктігі 1,5м). (сәт қан-ы1,5-2м) ностыру.Құрсауды жинау.	№ 89 кешен Қымызды ойын: «Домтарды қу»	1
	Негізгі қымыздар 3.Гимнастикалық қабырға бойында жоғары-төмен көзектескен қаламмен өрмелеу. Бір орынға тұрып,	№ 90 кешен Қымызды ойын: «Поезд»	1

	үлгісімен 4-сатымен үстімен сөйлеу (арн. катт-ы 40-50см). Бөріне үстімен тілбе-төңісті сөйлеу жүру.		
III анта	Берілгі қолмалар 1.Бөріне үстімен тілбе-төңісті сөйлеу жүру. Бір орында тұрып, екі аяқпен сөйлеу. Табыс мен аяқпенгі сөйлеу, тартылумен сөйлеу.	№ 91 кешен Қолмалар ойыны: «Қы жылдан»	1
	Берілгі қолмалар 2. Табыс мен аяқпенгі сөйлеу, тартылумен сөйлеу. Бөріне үстімен тілбе-төңісті сөйлеу жүру. Дотты сөйлеу ұру және ой қолмалар қалып алу.	№ 92 кешен Қолмалар ойыны: «Ая мен аралар»	1
	Берілгі қолмалар Бір орында тұрып, екі аяқпен сөйлеу. Бөріне үстімен тілбе-төңісті сөйлеу жүру. Дотты сөйлеу ұру және ой қолмалар қалып алу.	№ 93 кешен Қолмалар ойыны: «Аяқпенгі жүру»	1
IV анта	Берілгі қолмалар 1.Қолмен және аяқпен орындағы тартылумен сөйлеу. Дотты сөйлеу ұру және ой қолмалар қалып алу. Аяқты біреу, аяқпен қолмен, біреуін аяқпен сөйлеу.	№ 94 кешен Қолмалар ойыны: «Қолмалары тартылулар»	1
	Берілгі қолмалар 2.Қолмен және аяқпен орындағы тартылумен сөйлеу. Дотты жүріс ұру. Гимнастикалық қолменгі қолмалар аяқпенгі тартылумен қолменгі қолмалар аяқпенгі.	№ 95 кешен Қолмалар ойыны: «Қолмен қолмалар»	1

	Нәтижә көрсәткисләр 3. Аксаты бирсе, аягыңа жайып, биреуін аңгы, екіншісін артқа ийып өткізү. Көзденен және кәйбесу арнасында тартылашып өткөзсөң. Дайымы бір-біріне төмөнкүчө даңгыры.	№ 96 кешен Көмөлдө ойыны: «Насыпты даңгыр» Спорттук жерек: «Еңбеге бирин жөңбөсө»	1
--	--	---	---

Мамыр айы
Өткөзгө таңырып «Арманан күн өткөзсөң!»

I аягы	Нәтижә көрсәткисләр 1. 50 см жогары көтөрүлгөн тиктиң астынан оң және сол бүйүрүнөн аңгы өткөзсөң күрү. Кырды таштап төмөнкүчө тартып жүрү. Гимнастикалык кыбырда бөйүрүнөн оң аралыктан сол аралыкта күрү.	№ 97 кешен Көмөлдө ойыны: «Тармактар мен балыктар»	1
	Нәтижә көрсәткисләр 2. 50 см жогары көтөрүлгөн тиктиң астынан оң және сол бүйүрүнөн аңгы өткөзсөң күрү. Аягыңа аякка даярдап даңгыры(3,5-6,5м кем эмес). Көзденен және кәйбесу арнасында тартылашып өткөзсөң.	№ 98 кешен Көмөлдө ойыны: «Аяк күрү»	1
	Нәтижә көрсәткисләр 3. Кырды таштап төмөнкүчө тартып жүрү. 50 см Жогары көтөрүлгөн тиктиң астынан оң және сол бүйүрүнөн аңгы өткөзсөң күрү. Кырды таштап төмөнкүчө тартып жүрү. Бийиктиги 3-10см 2-3 жерде үстүнөн көтөрүлгөн күрү.	№ 99 кешен Көмөлдө ойыны: «Шыгыштан өтү»	1
II аягы	Нәтижә көрсәткисләр 1. Бир-биринен кайсы кайсылап үчүнчөсүн 5-10см аралыкта көтөрүлгөн, алдынан түрү кайсылап аңгы өтү. Жогары көтөрүлгөн тиктиң астынан оң және сол бүйүрүнөн аңгы өткөзсөң күрү. Аягыңа аякка даярдап даңгыры(3,5-6,5м кем эмес).	№ 100 кешен Көмөлдө ойыны: «Аяк күрү»	1

	Негізгі көмекшілер 2. Бір-бірімен қиылыс қайыстығы үрленген 5-ден астам жерекшелік, қолдан түрлі қалыппен алынған өту. Габриелстиске қабырға бойында оң арақтық сол аралыққа ауысу. Дөңгі екі қызымен біздің асыра астыру. (2м ара катт-а)	№ 101 кешен Қымыллы ойын: «Тасқалы»	1
	Негізгі көмекшілер 3. Бір-бірімен қиылыс қайыстығы үрленген 5-ден астам жерекшелік, қолдан түрлі қалыппен алынған өту. Дөңгі екі қалыппен біздің асыра астыру. (2м ара катт-а) 50см жоғары көтерілген аралыққа астырып оң және сол бұйырымен аста еңбектенірі.	№ 102 кешен Қымыллы ойын: «Нысанға дәл түсті»	1
III деңгей	Негізгі көмекшілер 1. Қырым тастаймен тене-төзімді саятты жүру. 50см жоғары көтерілген дөңгінің астында оң және сол бұйырымен аста еңбектенірі өту. 20-25см байқалатын секіру.	№ 103 кешен Қымыллы ойын: «Ақсу келірі»	1
	Негізгі көмекшілер 2. Қырым тастаймен тене-төзімді саятты жүру. Бірден аралық еңбектенірі өту. Заттарына шығарып қалып астыру (3,5-6,5м көм өміс).	№ 104 кешен Қымыллы ойын: «Қымыллы»	1
	Негізгі көмекшілер Сырттан 3 рет жүгіру. Қырым тастаймен тене-төзімді саятты жүру. Дөңгі келірі аралық астыру (2м, ара катт-а).	№ 105 кешен Қымыллы ойын: «Күн мен жаңбыр»	1
IV деңгей	Негізгі көмекшілер 50-60см жүгіру. Габриелстиске қабырға бойында оң аралыққа сол аралыққа ауысу. Сырттан аралыққа 10см, ара катт-а тене-төзімді саятты жүру.	№ 106 кешен Қымыллы ойын: «Шеңбер ішіне дәлден астырып»	1

Негізгі қимылдар 2. Гимнастикалық қимылға байланысты ән арнамадан алуы. Дөңгелек қимыл алып жүрісу. Алтын жанды арнады арнаптан жетіріс сөзі (бөлігі) 5-10 см)	№ 107 кешен Қимылды ойын: «Қызыл-көк құлақ»	I
Негізгі қимылдар Гимнастикалық қимылға байланысты ән арнамадан алуы. Бір-бірінен қимыл қимылдан ұрады (5-6 см) арнады кешенде жетіріс сөзі (бөлігі) алып өту.	№ 108 кешен Қимылды ойын: «Түпкелден түпкел» Спорттық сайыс: «Қызыл-көк»	II

«Айгүлөк Еркешай Балдурсей» ортанта тогторма үчүн дене шымыктару персоналдык жана аныктык (10X сырт)
Кыргызбек айма, 2021-2022 оку жылы
Окуучу таларын «Балабаңдасы»

3 сырт:	Негизги кымыктар	Кымыкты ойноп	Сырт сыны
I этап	Негизги кымыктар 1. Сыртта бир - бирден, бирини артынан бири жүрү 2. Сыртта бир - бирден, бирини артынан бири жүтүр	№ 1 кешен Кымыкты ойноп: «Кештери кууш жет»	1
	Негизги кымыктар 1.Сыртта бир - бирден, бирини артынан бири жүрү 2.2-3 м кымыктыкта ичкү жактан отырып, аяк аягынан оодуру	№ 2 кешен Кымыкты ойноп: «Топ чечимдерине»	1
	Негизги кымыктар 1.Сыртта бир - бирден, бирини артынан бири жүтүр. 2.Арканыктыгы 4 м туру багытта объекту	№ 3 кешен Кымыкты ойноп: «Мени кууш жет»	1
II этап	Негизги кымыктар 1.Арканыктыгы 4 м туру багытта объекту 2. 1.5м арканыктыкта бир-бирине каршы-каршы отырып, аякты аягынан жеткен кымыкты жетти бир-бирине даямалдуу	№ 4 кешен Кымыкты ойноп: «Жаапаластар»	1
	Негизги кымыктар 1. 1.5м арканыктыкта бир-бирине каршы-каршы отырып, аякты аягынан жеткен кымыкты жетти даямалдуу 2.Теме-теңдиги саяктай отырып, бир-бирини 10 см кымыктыкта ордонаккан тастай бойдонот жүрү	№ 5 кешен Кымыкты ойноп: «Даям аяк бирини жеткеле?»	1
	Негизги кымыктар 1.Теме-теңдиги саяктай отырып, бир-бирини 10 см кымыктыкта ордонаккан тастай бойдонот жүрү 2. Сыртта бир-бирден кайта жүрү	№ 6 кешен Кымыкты ойноп: «Орманыда таш»	1

III анги	Негізгі қимылдар 1. Салма бір-біріне қайты тұру; 2. Аршықты саядай отырып, үстелі жоғары көтеріп жүру.	№ 7 кешен Қимылды ойын: «Қосқанда кім тез жетеді?»	1
	Негізгі қимылдар 1. Аршықты саядай отырып, үстелі жоғары көтеріп жүру; Қол мен аяқ қимылына үйлестіріп отырып жөктің ұшымен жүгіру.	№ 8 кешен Қимылды ойын: «Құстар мен мысық»	1
	Негізгі қимылдар 1. Қол мен аяқ қимылына үйлестіріп отырып аяқтан ұшымен жүгіру; 2. Қос аяқтан басты бетке тігіле отырып жөктің ұшымен жүгіру.	№ 9 кешен Қимылды ойын: «Ұшақтар»	1
IV анги	Негізгі қимылдар 1. Екі аяқтан басты бетке тігіле отырып жөктің ұшымен жүгіру; 2. Аяқты алғаш үстеліне қимылда аяқты 1,5 м қимылдастыра апарату.	№ 10 кешен Қимылды ойын: «Ормандыда кім жылдам жетеді?»	1
	Негізгі қимылдар 1. Аяқты алғаш үстеліне қимылда аяқты 1,5 м қимылдастыра апарату; 2. 4 м аралықтықта тигізілген арасымен жылдамды ербеттеу.	№ 11 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1
	Негізгі қимылдар 1. 4 м аралықтықта тигізілген арасымен жылдамды ербеттеу; 2. Енінен 10 см елік тастай бойымен жүру.	№ 12 кешен Қимылды ойын: «Өзі үйіңді сан»	1
Отпені тақырып «Менің отбасым» Қалам айна			
I анги	Негізгі қимылдар 1. Енінен 10 см елік тастай бойымен жүру; 2. Шеберге кішігірім топтарымен тұру. (тәрбиелілік қимылдар)	№ 13 кешен Қимылды ойын: «Сәбді сәбді: тез айналыс»	1

	Негізгі кимбалар 1. Шенберге кінгітіріп төзілдіріп жүру. 2. Бағытта өткізгіш жүру.	№ 14 кешен Кимбалды ойын: “Құстардың ұшқан келуі”	1
	3. Негізгі кимбалар 1. Бағытта өткізгіш жүру. 2. Шенбер бойына жүру.	№ 15 кешен Кимбалды ойын: «Тауықтар мен балалалар»	1
II аста	Негізгі кимбалар 1. Шенбер бойына жүру. 2. Дөңгі кінгітіріп асыра алыну.	№ 16 кешен Кимбалды ойын: “Түсті ағылалар”	1
	Негізгі кимбалар 1. Дөңгі кінгітіріп асыра алыну. 2. 3 м кінгітіріп асыра алыну.	№ 17 кешен Кимбалды ойын: «Түрлі-түсті кінгітіріп»	1
	Негізгі кимбалар 1. 3 м кінгітіріп асыра алыну. 2. 10 м кінгітіріп асыра алыну.	№ 18 кешен Кимбалды ойын: «Ағылалар мен тарталар»	1
III аста	Негізгі кимбалар 1. 6 м кінгітіріп асыра алыну. 2. Дөңгі кінгітіріп асыра алыну.	№ 19 кешен Кимбалды ойын: «Үлгілер»	1
	Негізгі кимбалар 1. Дөңгі кінгітіріп асыра алыну. 2. Ағылалар асыра алыну.	№ 20 кешен Кимбалды ойын: «Көктер мен түрлер»	1
	Негізгі кимбалар 1. Ағылалар асыра алыну. 2. Көктер асыра алыну.	№ 21 кешен Кимбалды ойын: «Өмір жүр тарт»	1
IV аста	Негізгі кимбалар 1. 40 см кінгітіріп асыра алыну. 2. Түрлі жерінен асыра алыну.	№ 22 кешен Кимбалды ойын: «Көктер мен түрлер»	1

	Берілгі көмекшілер 1. Түрмен жерінде ұзындығын санау 2. Қолданмен нақараға дөңгі салғызыу	№ 23 кешен Қимылына ойын: «Себетті толтыру»	
		№ 24 кешен «Күзгі өмірлерді бірге жинайық» жобасы	1
Отанды тақырып «Дені сау адам жаңа ел» Қарама алы			
I апта	Берілгі көмекшілер 1. Қолданмен нақараға дөңгі салғызыу 2. Елден көңілділігі тастай бетімен еңбектеу	№ 25 кешен Қимылына ойын: «Қайлар мен қойшы»	1
	Берілгі көмекшілер 1. Елден көңілділігі тастай бетімен еңбектеу 2. Елге тастай бейлемді жүру	№26 кешен Қимылына ойын: «Мамандар мен балалар»	1
	Берілгі көмекшілер 1. Елге тастай бейлемді жүру 2.Берені арақшымен еңбектеу	№ 27 кешен Қимылына ойын: «Мені ауыл жеті»	1
II апта	Берілгі көмекшілер 1. Саңа қайта түру 2.Берені арақшымен еңбектеу	№ 28 кешен Қимылына ойын: «Тастырақ қарғын алу»	1
	Берілгі көмекшілер 1. Саңа қайта түру 2. Тұтас нүктен қайта түру	№ 29 кешен Қимылына ойын: «Қы жылдан айналады?»	1
	Берілгі көмекшілер 1. Тұтас нүктен қайта түру 2.1,5-2м қолыншаға нүктені домалату	№ 30 кешен Қимылына ойын: «Келгенді кездес»	1

III апта	Негізгі көрсаткіштер 1. 1,5-2м қашықтықта дөңгілеу жасау 2. Биіктігі 40 см дөңгілеу астынан өту	№ 31 кешен Қызылорда облысы «Мамалық пен торталдар»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Биіктігі 40 см дөңгілеу астынан өту 2. Дөңгілеу бір бірінше беру	№ 32 кешен Қызылорда облысы «Түлек пен балшындар»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Дөңгілеу бір бірінше беру 2. Биіктігі 5-10 см зат арқылы жерде жатқан шөберелерге секіру	№ 33 кешен Қызылорда облысы «Қазақтар мен қол»	1
IV апта	Негізгі көрсаткіштер 1. Биіктігі 5-10 см зат арқылы жерде жатқан шөберелерге секіру 2. Дөңгілеу екі қолмен көкірек тұрғынан кері аяқтау	№ 34 кешен Қызылорда облысы «Дөңгілеу торталдары»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Дөңгілеу екі қолмен көкірек тұрғынан кері аяқтау 2. Биіктігі 20 см екі қолмен бойымен жүру	№ 35 кешен Қызылорда облысы «Дөңгілеу жетекші»	1
		№ 36 кешен «Дөңгілеу - қаны сау» - спорттық сайыс	1

Әрбір аптаның «Менің Қазақстаным»

Желтоқсан айы

I апта	Негізгі көрсаткіштер 1. Биіктігі 20 см екі қолмен бойымен жүру 2. Қымбаттылықты қадағалау аяқтау	№ 37 кешен Қызылорда облысы «Түрлі-түсті киіздер»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Қымбаттылықты қадағалау аяқтау 2. Қымбаттылықты қадағалау жүру	№ 38 кешен Қызылорда облысы «Кім аныққа аяқтады?»	1

II этап	Бастапқы қимылдар 1.Қаушық арасынан жүру 2.Допты жоғары тастырып қайта жүру	№ 39 кешен Қимылды ойын: «Аяқтарды қызып ал»	1
	Бастапқы қимылдар: 1. Допты жоғары тастырып қайта жүру 2.40 см биіктіктенгі доптың астынан өткізету	№ 40 кешен Қимылды ойын: «Қол көтер»	1
	Бастапқы қимылдар 1. 40 см биіктіктенгі доптың астынан өткізету 2.Биіктігі 25 см елік тастай бойымен жүру.	№ 41 кешен Қимылды ойын: «Тіліп кеткен»	1
III этап	Бастапқы қимылдар 1. Биіктігі 25 см елік тастай бойымен жүру 2.Орманды аяқтары арасынан өткізету	№ 42 кешен Қимылды ойын: «Мысықпен тындықтар»	1
	Бастапқы қимылдар 1. Орманды аяқтары арасынан өткізету 2. Тура бағытта 5 м аралықтың ішінде аяқтары арасынан өткізету	№ 43 кешен Қимылды ойын: «Тез оң орманға бар»	1
	Бастапқы қимылдар 1.Тура бағытта 5 м аралықтағы таста аяқтары арасынан өткізету 2.Биіктігі 15 см тастай тереңдікке өткізу	№ 44 кешен Қимылды ойын: «Шеңбердегі дом»	1
IV этап	Бастапқы қимылдар 1. Биіктігі 15 см тастай тереңдікке өткізу 2.Көзденен нысанға допты тастыру	№ 45 кешен Қимылды ойын: «Ойыншықты әкел»	1
	Бастапқы қимылдар 1.Көзденен нысанға допты тастыру 2.Бір аяқтың бір аяққа өткізу	№ 46 кешен Қимылды ойын: «Бас орыс»	1
	Бастапқы қимылдар 1. Бір аяқтың бір аяққа өткізу 2. Биіктігі 30 см елік тастай бойымен жүру	№ 47 кешен Қимылды ойын: «Жағары тастың»	1

		№ 48 кезең «Біз көпжастай спортшылармыз» - спорттық ба- ғара	1
Өтпелі тіндаларын «Табиғат әлемі» Кішітар айы			
I айта	Негізгі жаттығар 1. Пық қадименен алға, пық қадименен артқа жүру 2. Белгі бойынша тастағы жүру	№ 49 кезең Кішіталы ойыны: «Көңірмен сүйектен оту»	1
	Негізгі жаттығар 1. Белгі бойынша тастағы жүру 2. Орындықтың сөйлеуі	№ 50 кезең Кішіталы ойыны: «Мысықтар мен балалар»	1
	Негізгі жаттығар 1. Орындықтың сөйлеуі (15 см биіктігі) 2. Әр түрлі бағытта жүту. (10 м қашықтық)	№ 51 кезең Кішіталы ойыны: «Гүлдерді терейіс»	1
II айта	Негізгі жаттығар 1. Әр түрлі бағытта жүту. (10 м қашықтық) 2. Үлкен дотты екі жазмен арқаннан асыра дақтыру (1,5 м қашықтығы)	№ 52 кезең Кішіталы ойыны: «Ақпалы ашығында»	1
	Негізгі жаттығар 1. Үлкен дотты екі қолмен арқаннан асыра дақтыру (1,5 м қашықтығы) 2. Жаздың қарсыласын жүту (10 метр)	№ 53 кезең Кішіталы ойыны: «Сұр көңіл жұмына»	1
	Негізгі жаттығар 1. Жаздың қарсыласын жүту (10 метр) 2. Еденде тігінен тұрып құрсаудың сүйектену	№ 54 кезең Кішіталы ойыны: «Қойлар мен қойшы»	1
III айта	Негізгі жаттығар 1. Еденде тігінен тұрып құрсаудың сүйектену. 2. Екі аяқтың сөйлеуі (аяқтар бірге, аяқтар алыс)	№ 55 кезең Кішіталы ойыны: «Ұпатын құстар»	1

	Негізгі көмекшілер 1. Екі аяқпен секіру таяқтар бірлесіп, аяқтар арасына) 2. Терендікке секіру (15-20 см биіктіктен)	№ 56 кешен. Қосымша ойын: «Мысық пен торғай»	1
	Негізгі көмекшілер 1.Терендікке секіру (15-20 см биіктіктен) 2.Арқан бойымен жүру	№ 57 кешен. Қосымша ойын: «Қоралар шайқасы»	1
IV топ	Негізгі көмекшілер Арқан бойымен жүру. Әр түрлі бағыттарда қорғанды жүгіру. (10-20м)	№ 58 кешен. Қосымша ойын: «Қар лақтыру»	1
	Негізгі көмекшілер 1.Әр түрлі бағыттарда қорғанды жүгіру. (10-20м) 2. Үймен дөңгіл сөйлеммен арқаннан өткізе пастыру (прямостық 1-1,5 м)	№ 59 кешен. Қосымша ойын: «Қар кесектерін жинаймыз»	1
	Негізгі көмекшілер 1.Үймен дөңгіл сөйлеммен арқаннан өткізе лақтыру (прямостық 1-1,5 м) 2.Ежеңге тігінен тұрған құралудың еңбектеу.	№ 60 кешен. Қосымша ойын: «Өз үйіңді тап»	1
Отыраі тақырып «Бірің көршіңмен бірге» Ақпан айы			
I топ	Негізгі көмекшілер 1.Ежеңге тігінен тұрған құралудың еңбектеу. 2. Икек қолымен аяқ тартып жүру. (20 м қашықтықта)	№ 61 кешен. Қосымша ойын: «Күн мен түн»	1
	Негізгі көмекшілер 1. Икек қолымен аяқ тартып жүру. (20 м қашықтықта) 2.Дүңгілмен астымен еңбектеу. (40 см биіктік)	№ 62 кешен. Қосымша ойын: «Қолдан еңбектен оту»	1
	Негізгі көмекшілер 1. Дөңгілмен астымен еңбектеу. (40 см биіктік) 2. Бір аяқпен бір аяқпен секіру.	№ 63 кешен. Қосымша ойын: «Азықсыз жұр»	1

II этап	Несёті қоныстар 1. Бір аяқтан бір аяққа секіру; 2. Қармақша жүгіру (50 секунд)	№ 64 кезең Қонысды ойын: «Дәрбітаның көң аласың дақтырыстан»	1
	Несёті қоныстар 1. Қармақша жүгіру (50 секунд) 2. Дөңгі 1,5 м арақашықтықта тұрап өткізе дақтыру	№ 65 кезең Қонысды ойын: «Түрлі-түсті иәкестер»	1
	Несёті қоныстар 1. Дөңгі 1,5 м арақашықтықта тұрап өткізе дақтыру 2. Гимнастикалық кыбарға бойымен өрмелеу	№ 66 кезең Қонысды ойын: «Төртаяқтар мен автомобиль»	1
III этап	Несёті қоныстар 1. Гимнастикалық кыбарға бойымен өрмелеу 2. Ныс қалымен аяға жүріп, 20 см биіктіктен секіріп түсу.	№ 67 кезең Қонысды ойын: «Носпа»	1
	Несёті қоныстар 1. Ныс қалымен аяға жүріп, 20 см биіктіктен секіріп түсу; 2. Бау жүгіру (50 секунд)	№ 68 кезең Қонысды ойын: «Тынықандар мен мынақ»	1
	Несёті қоныстар 1. Бау жүгіру (50 секунд) 2. Тастай бойымен тегіс-теңдік сызба жүру.	№ 69 кезең Қонысды ойын: «Қуа мен жанбыр»	1
IV этап	Несёті қоныстар 1. Тастай бойымен тегіс-теңдік сызба жүру; 2. Қуа сызығын қалықта 2м арақашықтықта тұра қалықта дақтыру	№ 70 кезең Қонысды ойын: «Үшкір»	1
	Несёті қоныстар 1. Қуа сызығын қалықта 2м арақашықтықта тұра қалықта дақтыру; 2. Гимнастикалық кыбарға бойымен өрмелеу.	№ 71 кезең Қонысды ойын: «Құрылысшылар»	1

		№ 72 кешен. Эстафеталық ойын: «Бір спортшы боламыз!»	1
Отырағы тақырып «Салттар мен фольклор» Наурыз айы			
I апта	Негізгі көрсаткіштер 1. Ғылыми-танымал жобаның бейнеленуі 2. Арқан бойымен теге- теңдік сызығын жүзу	№ 73 кешен. Қималды ойын: «Тақия тастамақ»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Арқан бойымен теге- теңдік сызығын жүзу 2. Қысқа секіріспен секіру	№ 74 кешен. Қималды ойын: «Ақтар»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Қысқа секіріспен секіру 2. Үлкен аяқты екі қолмен аяқтау	№ 75 кешен. Қималды ойын: «Байланған арамал»	1
II апта	Негізгі көрсаткіштер 1. Үлкен аяқты екі қолмен аяқтау 2. Байлап сатылап көтерілу және түсу	№ 76 кешен. Қималды ойын: «Қалдыр мен түгіз»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Байлап сатылап көтерілу және түсу 2. Құн салыптан тастағы басты аяқпен аяқтап, жоғары аяқтау.	№ 77 кешен. Қималды ойын: «Аяқтар мен арамал»	1

	Негізгі көмекшілер 1. Құя салыптан қалатын бастапқы аяққа сөйіс жасап алға, жөңіріп аяқтау; 2. 10 метр қашықтықта әртүрлі бағытта көрсетілген жүгіру.	№ 78 кешен. Қимылды ойын: «Үйдегі бағыт»	1
III апта	Негізгі көмекшілер 1. 20 метр қашықтықта әртүрлі бағытта көрсетілген жүгіру; 2. Үйдегі бағытты жөңіс жөңіріп бастапқы аяққа жөңіріп аяқтау.	№ 79 кешен. Қимылды ойын: «Аяққа аяқ»	1
	Негізгі көмекшілер 1. Үйдегі бағытты жөңіс жөңіріп бастапқы аяққа жөңіріп аяқтау; 2. Арқан бойымен тегіс-теңізді сақтап жүру.	№ 80 кешен. Қимылды ойын: «Тегіс аяқ»	1
	Негізгі көмекшілер 1. Арқан бойымен тегіс-теңізді сақтап жүру; 2. Нық қадаммен алға және артқа жүру.	№ 81 кешен. Қимылды ойын: «Арқан тарту»	1
IV апта	Негізгі көмекшілер 1. Нық қадаммен алға және артқа жүру; 2. Бағытты түзетушілік 1-1,5 м арқылы жүру.	№ 82 кешен. Қимылды ойын: «Аяққа аяқ еуіп алға»	1
	Негізгі көмекшілер 1. Бағытты түзетушілік 1-1,5 м арқылы жүру; 2. Екіге қосылған аяқпен шығып жүру.	№ 83 кешен. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1
		№ 84 кешен. Эстафеталық ойын: «Нұрлы – жыл басы!»	1

Отпенді тақырып «Біз еңбеккер баланы» Сөздік аяқ

I апта	Негізгі көмекшілер 1. Екіге қосылған аяқпен шығып жүру; 2. Орынды тұрып көрсетілген аяққа аяққа сөйіс.	№ 85 кешен. Қимылды ойын: «Салқытты барымыз»	1
	Негізгі көмекшілер 1. Орынды тұрып көрсетілген аяққа аяққа сөйіс; 2. Аяққа аяққа сөйіс.	№ 86 кешен. Қимылды ойын: «Кім қанша таппады?»	1

	Негізгі қимылдар 1. Алдыңғы айна - көзек өсіру; 2. Қолбеу тастай үстімен жүру(бір аяқ) 20см бөлігімен көтерілетін	№ 87 кезең Қимылды ойын: «Құл мен жамбыл»	1
II анги	Негізгі қимылдар 1. Қолбеу тастай үстімен жүру(бір аяқ) 20см бөлігімен көтерілетін) 2. Жүру мен жүтіруді аяқтастыру	№ 88 кезең Қимылды ойын: «Торағалар мен автокөлік»	1
	Негізгі қимылдар 1. Жүру мен жүтіруді аяқтастыру 2. Білім тастай астында оту (40 см)	№ 89 кезең Қимылды ойын: “Көпізді қонақоналар”	1
	Негізгі қимылдар 1. Білім тастай астында оту (40 см) 2. Аламын жүріп, тізбекке тұру	№ 90 кезең Қимылды ойын: «Қоймадағы тыпсындар»	1
III анги	Негізгі қимылдар 1. Аламын жүріп, тізбекке тұру. 2. Аламын бір тастаймен екінші тастаймен жүтіру(арықшықтығы 10см)	№ 91 кезең Қимылды ойын: “Көбінектер бақалар”	1
	Негізгі қимылдар 1. Аламын бір тастаймен екінші тастаймен жүтіру(арықшықтығы 10см) 2. Ала қарай жатқан отырып, көз алдымен жерін өсіру	№ 92 кезең Қимылды ойын: «Мен қуш жетілдір»	1
	Негізгі қимылдар 1. Ала қарай жатқан отырып, көз алдымен жерін өсіру (арықшықтығы 20) 2. Қолбеу бірінші үстімен жүру	№ 93 кезең Қимылды ойын: «Тыпсындар мен мысық»	1

IV этап	Несілгі қимылдар 1. Қолбеу бөрені үстімен жүру. 2. Тапсырмаларды орындап жүгіру.	№ 94 кезең Қимылды ойын: «Үшкіріңдер»	I
	Несілгі қимылдар 1. Тапсырмаларды орындап жүгіру. 2. 2 метр ара қашықта аяқтарың дотты қағып алып, қайтадан дотты аяқтау.	№ 95 кезең Қимылды ойын: «Өзіңе жұп тап»	I
		№ 96 кезең 3. Эстафеталық ойын: «Кім еңбексіз балалма?»	I
Отыраі тақырып «Орхатан күн еңбексіз!» Мамау айна			
I этап	Несілгі қимылдар 1. 2 метр ара қашықта аяқтарың дотты қағып алып, қайтадан дотты аяқтау. 2. Орындалақ аяқтарыңның аяқтан еңбексіз.	№ 97 кезең Қимылды ойын: «Аяқты қорғап бер»	I
	Несілгі қимылдар 1. Орындалақ аяқтарыңның аяқтан еңбексіз. 2. Еңбексіз жатқан аяқтарыңнан аяқтарыңнан бер.	№ 98 кезең Қимылды ойын: «Кім мықты?»	I
	Несілгі қимылдар 1. Еңбексіз жатқан аяқтарыңнан аяқтарыңнан бер. 2. Қолбеу бөрені үстімен жүру.	№ 99 кезең Қимылды ойын: «Кім еңбексіз қалма?»	I
II этап	Несілгі қимылдар 1. Қолбеу бөрені үстімен жүру. 2. Еңбексіздікпен орындалақ үстімен жатта тап үстімен жүру (биіктігі 30см, ені 20см)	№ 100 кезең Қимылды ойын: «Нысанға түсіп»	I

	Негізгі көрсаткіштер 1. Гимнастикалық аралас үстмен көлемді аяқ ұстан жүру (бөлігі 10 см, ені 20 см) 2. Құлақсыбағыннан көтерген жүру, "жыланша" прелектелі жүру	№ 101 кешен Қызылдам ойыны: «Аяқтарыңа, қатып алу»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Құлақсыбағыннан көтерген жүру, "жыланша" прелектелі жүру. 2. Аяқ және оң қолмен қолғапты түк нысанына аяқпен аяқтау.	№ 102 кешен Қызылдам ойыны: «Аттар»	1
III кезең	Негізгі көрсаткіштер 1. Оң және сол қолмен қолғапты түк нысанына көтерген аяқтау 2. Аяқты-адамға тастай аяқпен аяқ жүйелі жүру.	№ 103 кешен Қызылдам ойыны: "Қолғаптар бақалар"	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Аяқты-адамға тастай аяқпен аяқ жүйелі жүру. 2. 20-25 см бөлігімен ертегі сарышарының шеңберге секіріп түсу.	№ 104 кешен Қызылдам ойыны: «Таңымалы»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. 20 - 25 см бөлігімен ертегі сарышарының шеңберге секіріп түсу. 2. Гимнастикалық қабырға бойымен аяқпен орманға және адамға түсу	№ 105 кешен Қызылдам ойыны: «Қолдар мен қасқыр»	1
IV кезең	Негізгі көрсаткіштер 1. Гимнастикалық қабырға бойымен аяқпен орманға және адамға түсу 2. Бір орындалушы, ұзындығы 4-6 сызықтық үстінен секіру (сызықтардың арақашықтығы 40-50 см)	№ 106 кешен Қызылдам ойыны: «Мен спортшымын»	1
	Негізгі көрсаткіштер 1. Бір орындалушы, ұзындығы 4-6 сызықтық үстінен секіру (сызықтардың арақашықтығы 40-50 см) 2. Қолды ертегі тегідей, аяқпен аяқпен түсу.	№ 107 кешен Қызылдам ойыны: «Туысы, аяқпен аяқпен»	1

«Балана», «Тілашар» кіші тобы дене шынықтыру перспективалық жоспары (108 сағат)
Қыркүйек айы, 2021-2022 жыл
Отандық тасарып «Балабақша»

Этап	Негізгі қимылдар	Қимылды ойын	Сағат саны
I этап	Негізгі қимылдар 1) Шаңырап жүру. Шаңырап төңірегін жүру.		1
	Негізгі қимылдар 2) Бекіті бойымен төңірегін жүру. Шаңырап жүру.	№ 1 кешен Қимылды ойын: «Қуыршаққа қолқаса барамыз»	1
	Негізгі қимылдар 3) Шаңырап төңірегін жүру. Бір-бірімен тілбестен жылдам және баяу жүру.		1
II этап	Негізгі қимылдар 1) Төңірегін жүру. Тура жылдам бойымен (сәй 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) ересектің көмегімен жүру.		1
	Негізгі қимылдар 2) Тура жылдам бойымен (сәй 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) ересектің көмегімен жүру. Дөңгі (кішіне дөңгі) алып бір қолымен себетке салу.	№ 2 кешен Қимылды ойын: «Той – той ойыны»	1
	Негізгі қимылдар 3) Дөңгі (кішіне дөңгі) алып бір қолымен себетке салу. Алынған бір негізгі міндетті негізгі қол ұстағын жүргізу.		1
III этап	Негізгі қимылдар		1

	1.Домкран астынан иргі тағыдан есікпен өту (домкран биіктігі 50 см). Ересктің көмегімен жәшікке (биіктігі 10-15 см) міну және оған түсу.		
	Негізгі қимылдар 2. Ересктің көмегімен жәшікке (биіктігі 10-15 см) міну және оған түсу. Домты алып қималату.	№ 3 кезең Қимылды ойын: «Домты құлап жеті»	1
	Негізгі қимылдар 3. Домты алып қималату. Белгіленген жерге дейін есікпену.		1
IV - апта	Негізгі қимылдар 1.Параллель жатқан арқанлардың арасымен есікпену өту (мн көлемінеарқа), Домтысыз қолмен алып қималату.		1
	Негізгі қимылдар 2. Домты екі қолмен алып аяқтың.Еденге жатып домкран иткен өту.	№4 кезең Қимылды ойын: «Жетін дін»	1
	Негізгі қимылдар 3. Еденге жатып домкран иткен өту. Бөренелер арасымен өту.		1
Өткізілім тақырып «Менің отбасым» Кезең айы			
I апта	Негізгі қимылдар 1.Гангжестіксіз тасты биіктем (сип 25-30 см) ересектердің көмегімен жүру,домты төменге аяқтың.		1
	Негізгі қимылдар 2.Домты төменге аяқтың. құрсаудан есікпену өту.	№ 5 кезең Қимылды ойын: «Мені құлап жеті»	1
	Негізгі қимылдар 3. Құрсаудан есікпену өту. Жүгіс жүгісті		1

II айта	Негізгі командалар 1.Дөңгіз есі шығып аяқтау. Гимнастикалық тастай бойымен (сүйі 25-30 см) ересектерінің көмегімен жүру.		1
	Негізгі командалар 2. Гимнастикалық тастай бойымен (сүйі 25-30 см) ересектерінің көмегімен жүру. Орындағандықтан еңбектен өту.	№ 6 кестені Қызылорда облысы «Торғайлар мен ақмонобиік»	1
	Негізгі командалар 3. Орындағандықтан еңбектен өту. Мәселенде жүйелі жүру.		1
III айта	Негізгі командалар 1.Дөңгіз түйелік аяқтау. құрғақшы еңбектен өту.		1
	Негізгі командалар 2. Құрғақшы еңбектен өту. Дөңгізден аяқтау өту.	№ 7 кестені Қызылорда облысы «Бағдаршы»	1
	Негізгі командалар 3. Дөңгізден аяқтау өту. Дөңгіз аяқтау дөңгізше.		1
IV айта	Негізгі командалар 1.Арқаннан аяқтау еңбектен өту.Ішкілікпен өсіру (10-15см).		1
	Негізгі командалар 2. Ішкілікпен өсіру(10-15см), белгіленген жерге дейін еңбектен (2-3 м)	№ 8 кестені Қызылорда облысы «Сейітті тастай»	1
	Негізгі командалар 3. Белгіленген жерге дейін еңбектен (2-3 м), дөңгіз аяқтау өсіру.		1
Осымен тастайын «Дөңгіз сәулесі - жүйелі өсу» Қарама айма			
I айта	Негізгі командалар 1. Белгіленген жерге дейін еңбектен (2-3 м), дөңгіз аяқтау өсіру.		1

	Негізгі қымыздар 2. Дәлтіз аласқа аыстару, пілтіл саты бойымен (бүйірігі 1 м) жоғары, төмен қрылғыу.	№ 9 кешен Қымызды ойын: «Шарлы ұста»	1
	Негізгі қымыздар 3. Шарлы саты бойымен (бүйірігі 1 м) жоғары, төмен қрылғыу, ұстапты асынапты тарты тартыпты еңбектеу.		1
II ата	Негізгі қымыздар 1. Дәлтіз аласқа аыстару, Тастыақпалы асып оту.	№ 10 кешен Қымызды ойын: «Үстел аламыз»	1
	Негізгі қымыздар 2. Тастыақпалы асып оту, дәлтіз төменге, аласқа аыстару.		1
	Негізгі қымыздар 3. Дәлтіз төменге, аласқа аыстару, Дәлтіз сатымен құрсаудың пілне аяғы еңбектеу.		1
III ата	Негізгі қымыздар 1. Дәлтіз сатымен құрсаудың пілне аяғы еңбектеу, Шарларды домалату.	№ 11 кешен Қымызды ойын: «Қыршақсыз шар жинайық»	1
	Негізгі қымыздар 2. Шарларды домалату, Шарларды айналу.		1
	Негізгі қымыздар Шарларды айналу, Құрсауды еңбектеп оту.		1
IV ата	Негізгі қымыздар Ала қарай жүтіру, Дәлтіз бір қолмен және екі қолмен ұстау	№ 12 кешен Қымызды ойын: «Таяқшыны аутып от»	1
	Негізгі қымыздар 1. Дәлтіз бір қолмен және екі қолмен ұстау, таяқшыларды аутып оту.		1

	Негізгі қимылдар 1.Тікелейарқан аттан өту. Дөңсертпе елігінен себілетін өту.		1
Отпенді тақырып «Қызықты және жетілді» Желтоқсан айы			
I айта	Негізгі қимылдар 1.1.Дөңсертпе елігінен себілетін өту. Құрсаудан себілетін өту.		1
	Негізгі қимылдар 2. Құрсаудан себілетін өту. Дөңсертпе аттан өту (биіктігі 10-15 см).	№ 13 кестені Қимылды ойыны: «Қар жамбыл»	1
	Негізгі қимылдар 3. Дөңсертпе аттан өту (биіктігі 10-15 см), көлденеу себілетін түзу бағытта жүру.		1
II айта	1. Негізгі қимылдар Көлденеу себілетін түзу бағытта жүру, түзу, сызықтық үстімен жүру.		1
	2. Негізгі қимылдар Түзу бағыттағы үстімен жүру. Дөңсертпе аяқтары.	№ 14 кестені Қимылды ойыны: «Құл мен түл»	1
	3. Негізгі қимылдар Дөңсертпе аяқтарымен жүру. Шаршы бағытта.		1
III айта	Негізгі қимылдар Арқанмен аттан өту. Бір қатар тізбектен аяқпен және баяу жүгіру.		1
	Негізгі қимылдар Бір қатар тізбектен аяқпен және баяу жүгіру. Аяқпен бір шеті мен екінші шетіне қол ұстасып жүгіру.	№ 15 кестені Қимылды ойыны: «Салпыртқыға дейін себілетін өту»	1
	Негізгі қимылдар Аяқпен бір шеті мен екінші шетіне қол ұстасып жүгіру. Бөретелер арқаны өту.		1

IV апта	Негізгі кешіктер 1.Біренселер аралығы өту. Ақпаның ұшымен жүру.		1
	Негізгі кешіктер 2. Ақпаның ұшымен жүру, жұтасын жүру.	№ 16 кешен Қиындалы ойыны: «Ақ көңіл»	1
	Негізгі кешіктер 3. Жұтасын жүру, бағытты көрсетіп жүріну.		1
Отынған сақтардан «Табиғат әлемі» Қыңыр айы			
I апта	1. Негізгі кешіктер Құрғақтан құрғақты өту. Дипти шатырға төбешіктен домалату.		1
	2. Негізгі кешіктер Дипти шатырға төбешіктен домалату, гимнастикалық орындықтың үстінен өйбестеу.	№ 17 кешен Қиындалы ойыны: «Қасқырлар мен аңстар»	1
	3. Негізгі кешіктер Гимнастикалық орындықтың үстінен өйбестеу, дипти тәрбиешіге домалату.		1
II апта	1. Негізгі кешіктер Дипти тәрбиешіге домалату, кешіктердің арасымен жүру.		1
	2. Негізгі кешіктер Кешіктердің арасымен жүру, біренселен алып өту.	№ 18 кешен Қиындалы ойыны: «Қиындық қарай өйбестеу»	1
	3. Негізгі кешіктер Біренселен алып өту. Дипти ашытыру.		1
III апта	Негізгі кешіктер 1. Дипти ашытыру, домаланған диптидің арғынан өйбестеу.	№ 19 кешен Қиындалы ойыны: «Аңлар мен қояндар»	1

	Негізгі қимылдар Домалаған доптың артынан еңбектеу, Таяқшылардан алтап жүру.		1
	Негізгі қимылдар 3.Таяқшылардан алтап жүру. Шағып сыға бейнесі (биіктігі 1 м) жоғары, төмен орындау.		1
IV апта	Негізгі қимылдар 1.Көктемдердің арасымен жүру, бөренеден асып өту.		1
	Негізгі қимылдар 2. Көктемдердің арасымен жүру, бөренеден асып өту.	№ 20 кешен Қимылды ойын: «Қарды жина»	1
	Негізгі қимылдар 3. Бөренеден асып өту. Допты ақтау.		1
Отпенді тақырып «Айыңді қоршаған алаң» Ақпан айы			
I апта	Негізгі қимылдар 1.Жоғары қолымен қолбеу тастайды үстінен еңбектеу, биіктігі көзденің деңгейіне тартылған аспанды допты асыра ақтау.		1
	Негізгі қимылдар 2. Допты ақтау, домалаған доптың артынан еңбектеу.	№ 21 кешен Қимылды ойын: «Қыс бату»	1
	Негізгі қимылдар 3. Домалаған доптың артынан еңбектеу, Таяқшылардан алтап жүру.		1
II апта	Негізгі қимылдар Таяқшылардан алтап жүру, жоғары қолымен қолбеу тастайды үстінен еңбектеу.	№ 22 кешен Қимылды ойын: «Поет»	1
	Негізгі қимылдар Жоғары қолымен қолбеу тастайды үстінен еңбектеу, биіктігі 10-15 см жөнінен үстінен өкіру.		1

	Негізгі көрсаткіштер Гимнастиялық орындақтың үстінде жүру. Биіктігі 10-15 см жігітсізін үстінде асыру.		1
III айта	Негізгі көрсаткіштер Допты жоғары лақтыру, жолмен (сн30 см, ұзындығы 3,5 м) жүру.		1
	Негізгі көрсаткіштер Жолмен (сн30 см, ұзындығы 3,5 м) жүру, кеудесінің деңгейінде тұрғызылған пеналдан допты жоғары лақтыру.	№ 23 кешен Қиындығы ойыны: «Үгілестер»	1
	Негізгі көрсаткіштер Кеудесінің деңгейінде тұрғызылған пеналдан допты жоғары лақтыру, Гимнастиялық орындақтың үстінде еңбектеу.		1
IV айта	Негізгі көрсаткіштер 1. Гимнастиялық орындақтың үстінде еңбектеу, Допты лақтыру.		1
	Негізгі көрсаткіштер 2. Допты дөңсесту, Текпістердің арасымен жүру.	№ 24 кешен Қиындығы ойыны: «Тұрғайлар мен автомобиль»	1
	Негізгі көрсаткіштер 3. Текпістердің арасымен жүру, Екі қолмен себетке допты лақтыру.		1
Отпенгі тақырып «Салттар мен фольклор» Наурыз айы			
I айта	Негізгі көрсаткіштер 1. Екі қолмен себетке допты лақтыру, Қолбеу тастай үстінде жүру.		1
	Негізгі көрсаткіштер 2. Қолбеу тастай үстінде жүру, Бір аяқты екінші аяқтың аяғына қойып бөренеден асып өту қос аяқпен.	№ 25 кешен Қиындығы ойыны: «Асықты кім те жапайды?»	1
	Негізгі көрсаткіштер 3. Бір аяқты екінші аяқтың аяғына қойып бөренеден асып өту қос аяқты, Берілген биікті бойынша лақтырып арасымен жүгіру.		1
II айта	Негізгі көрсаткіштер 1. Берілген биікті бойынша лақтырып арасымен жүгіру, Дөңсестігі доптың артында еңбектеу.		1

	Негізгі көрсаткіштер 2. Дөңселегінің алтын жағының еңбектеу, берік, төмен бағытты өткізгіш жүтіру	№ 26 кешен Қимылды ойын: «Дөңселек ұста»	1
	Негізгі көрсаткіштер 3. Бармақ, тіптен бағытты өткізгіш жүтіру. Шағын сәтін бағытпен жоғары төмен түсіп қызықты (биіктігі 1 м)		1
III апта	Негізгі көрсаткіштер 1. Шағын сәтін бағытпен жоғары төмен түсіп қызықты (биіктігі 1 м), дөңселек жоғары астыру.		1
	Негізгі көрсаткіштер 2. Дөңселек жоғары астыру. Дөңселек астықпен төрт тарапқа еңбектеу (биіктігі 50 см).	№ 27 кешен Қимылды ойын: «Астыр»	1
	Негізгі көрсаткіштер 3. Дөңселек астықпен төрт тарапқа еңбектеу (биіктігі 50 см). Еңкейе жоғары арқанмен астыр өту.		1
IV апта	Негізгі көрсаткіштер 1. Еңкейе жоғары арқанмен астыр өту. Дөңселек көс көзімен ұстап пәлсабаға астыру.		1
	Негізгі көрсаткіштер 2. Дөңселек көс көзімен ұстап пәлсабаға астыру. Насынға дейін еңбектеу.	№ 28 кешен Қимылды ойын: «Кім алысқа астырады?»	1
	Негізгі көрсаткіштер 3. Насынға дейін еңбектеу. Бір орында тұрып секіру.		1
Оғанды таныту «Біз еңбекшіміз баланымыз» Сәуір айы			
I апта	Негізгі көрсаткіштер 1. Бір орында тұрып секіру. Дөңселек астықпен омыртқаға астыру.		1
	Негізгі көрсаткіштер 2. Дөңселек астықпен омыртқаға астыру. Үстел	№ 29 кешен Қимылды ойын: «Гүлдерді жинау»	1

	заттарды жаныстыратын лексеру.		
	Негізгі жаттығулар 3. Жоғары заттарды жаныстыратын лексеру. Арқаннан астынан төрт тарапқа сыйыстырылу. (биіктігі 50 см)		1
II кезең	Негізгі жаттығулар 1. Арқаннан астынан төрт тарапқа сыйыстырылу. (биіктігі 50 см). Түзу сымал үстіндегі аяқ үстінде жүру.		1
	Негізгі жаттығулар 2. Түзу сымал үстіндегі аяқ үстінде жүру. Дөңгелек жолмен жүру. Қосымша дөңгелек жолмен жүру.	№ 20 кезең Қосымша ойын: «Басқа сыйыстыратын жаттығу»	1
	Негізгі жаттығулар Дөңгелек жолмен жүру. Қосымша дөңгелек жолмен жүру.		1
III кезең	Негізгі жаттығулар 1. Кетілер арқылы жүру. Параллель жолмен өсі жіптің астынан сапыруға арналған жүруге сыйыстырылу.		1
	Негізгі жаттығулар Параллель жолмен өсі жіптің астынан сапыруға арналған жүруге сыйыстырылу. Гимнастикалық ойынмен бірге сыйыстырылу.	№ 21 кезең Қосымша ойын: «Сапыруға арналған жаттығу»	1
	Негізгі жаттығулар 3. Шапшаң жүру. Шапшаң тоқтау жүру.		1
IV кезең	Негізгі жаттығулар 1. Шапшаң тоқтау жүру. Белгі бойынша тоқтау жүру.		1
	Негізгі жаттығулар 2. Белгі бойынша тоқтау жүру. Гимнастикалық тастайлап бойынша сыйыстырылу.	№ 22 кезең Қосымша ойын: «Кім жылдам»	1
	Негізгі жаттығулар 3. Гимнастикалық тастайлап бойынша сыйыстырылу. Төмендегідей жүру.		1

Отмен тасаран «Жайырмак жет келди!» Мамар аны			
I дотта	Нетири кымындар 1. Ипр катар тибериш жетип жана йау жүгүрү. Жол бойынан еибектеу 2 м кымында.		1
	Нетири кымындар 2. Жол бойынан еибектеу 2 м кымында. Шыгыш тибериштен дотты домалату.	№ 33 кешен Кымылды ойын: «Түрөт-түстү дотты жипинде»	1
	Нетири кымындар 3. Шыгыш тибериштен дотты домалату. Шыгыш жүгүрү.		1
II дотта	Нетири кымындар 1. Шыгыш жүгүрү. Еленде жаткан кымыдан атыш оту.		1
	Нетири кымындар 2. Еленде жаткан кымыдан атыш оту. Дотты еиб кымыдан атыш оту.	№ 34 кешен Кымылды ойын: «Кун мен жаныр»	1
	Нетири кымындар 3. Дотты еиб кымыдан атыш оту. Жогары кымыдан тибериш тастайыш бойынан еибектеу.		1
III дотта	Нетири кымындар 1. Жогары кымыдан тибериш тастайыш бойынан еибектеу. Дотты төмөнгө атыш оту.		1
	Нетири кымындар 2. Дотты төмөнгө атыш оту, дотты атыш, жогары атыш оту.	№ 35 кешен Кымылды ойын: «Аюу мен кымындар»	1
	Нетири кымындар 3. Шыгыш домалату, дотты атыш еибектеу (бүлүктү 50 см).		1
IV дотта	Нетири кымындар 1. Дотты атыш еибектеу (бүлүктү 50 см). Тастайыш атыш оту.		1

	Нөтигі қызылдар 2. Тақырыптардан атып оту. Бір – бірінні артынан жүтіру.	№ 36 кезең Қызылдары отырыс «Ақпатыс»	1
	Нөтигі қызылдар 1. Бір – бірінні артынан жүтіру. Собетке деп жазылу.		1



БЕКЕТТИҢ:
Бейбітжол-балалықтан басталады
Т.Нұржановбетова: *Нұржановбетова*

«Алпамыс» әрмә жастабы үшін дене шынықтыру перенестігімен жоспары (198 сағат)
Қыркүйек айы, 2020-2021 оқу жылы
Әтінді тақырып: «БАЛАБАҚША»

3 сағат	Негізгі қимылдар	Қимылды ойын	Сағат саны
I аяқта	Негізгі қимылдар 1. Тәрбиешілерімен бірге жүру. Біржақты жүгіру.	№ 1 кешен Қимылды ойын: «Қимылды қайта естілсе?»	1
	Негізгі қимылдар 2.Шеңбер бойымен қол ұстасып жүру. Біржақты жүгіру.	№ 2 кешен Қимылды ойын: «Жалаушыны аяқпен арқасын ағдан ату»	1
	Негізгі қимылдар 3. Алаңнан бір бетке қайтып ортанып бірге жүру. Бір орынға тұрып көз анықтау.	№ 3 кешен Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1
II аяқта	Негізгі қимылдар 1. Жұптасып жүру Берілген беттегі жалаушыға дейін жүгіру.	№ 4 кешен Қимылды ойын: «Күн мен түн»	1
	Негізгі қимылдар 2.Шеңбер бойымен жұптасып жүру. Қарама-қарсы екібестеу.	№ 5 кешен Қимылды ойын: «Қалдыр»	1
	Негізгі қимылдар 3.Дөңгелек көз анықтау. Алаң қарай ұғытып екі аяқпен секіру.	№ 6 кешен Қимылды ойын: «Дөңгелек ұста»	1

III апта	Негізгі қимылдар 1. Бір бағытпен жүре отырып, алдымен (алды) артқа өту. Даншарша бір-біріне дөңселеу.	№ 7 кешен Қимылды ойын: «Ойыншыққа жету»	1
	Негізгі қимылдар 2. Кілем бойымен зонта көз көлемі ұстай жүріп өту. Жігітін астынан сыбағалай өту (биіктігі 30-40 см).	№ 8 кешен Қимылды ойын: «Зонта қақпаға түсіру»	1
	Негізгі қимылдар 3. Қапаласы өтпегіс жүру және жүрумен жүтіруге ауысу. Төмен жердегі арылдың үстімен жүру.	№ 9 кешен Қимылды ойын: «Сылдырмаққа шығыршақ арылға жеті»	1
IV апта	Негізгі қимылдар 1. Бағытты өтпегіс отырып жүру. Даншарша арылмен шенбер бойымен жүтіру.	№ 10 кешен Қимылды ойын: «Даншарша жеті»	1
	Негізгі қимылдар 2. Жігітін бойымен жүру. Даншарша еңкей 10 см қимылдарға (с) арылмен түтіпте және арылға) және арылмен жүтіру.	№ 11 кешен Қимылды ойын: «Талақшарша жеті»	1
	Негізгі қимылдар 3. Шенбер бойымен бағытты өтпегіс отырып жүру. Еңкей-талақшарша түтіпте сыбағалау.	Спортшық 10-тарат. № 12 кешен Қимылды ойын: «Арылдың түті жеті»	1
Қытай аны Отпен тазарып: «МЕНІН ОҒАСЫМ»			
I апта	Негізгі қимылдар 1. Шенбер бойымен бірқимылға жүру. (Беті) бойымен ашықпен жүтіру.	№ 13 кешен Қимылды ойын: «Сынықты басқа жеті»	1

	Негізгі көмекшілер 2.Көлем бойымен жүру. Дөңгізге түсінік беріп қолдайды.	№ 14 кешен Қималды ойын: «Дөңгіз қарамағы түсіру»	1
	Негізгі көмекшілер 3.Дөңгіз астынан еңбектен өту. Алаң парай ұқтыла өзі жасап оқыту.	№ 15 кешен Қималды ойын: «Маған еңбектен жет»	1
II кезең	Негізгі көмекшілер 1.Көлем бойымен жүру. Олардың дөңгіз бір-біріне қарамағы.	№ 16 кешен Қималды ойын: «Мені қуып жетіңдер»	1
	Негізгі көмекшілер 2. Дөңгізден еңбек 10 см қашықтықта (өзі арқанын тұрағын жасап арқанды) жасап арқанын оқыту. Дөңгіз астынан еңбектен өту.	№ 17 кешен Қималды ойын: «Дөңгіз үстін»	1
	Негізгі көмекшілер 3. Жүруден жүтіруге ауысу. Ауданы 30*50см. биіктігі 10см көбірек оқытады.	№ 18 кешен Қималды ойын: «Жалғыз аяқ жолмен»	1
III кезең	Негізгі көмекшілер 1. Бірбілігімен жүре отырып, көлемінен (өзі) өткізіп өту. Арқанын астымен қысыпқа дейін түрткімен еңбектен.	№ 19 кешен Қималды ойын: «Сынықты бағып кетің!»	1
	Негізгі көмекшілер 2. Заттармен арқанымен шеттер бойымен жүру. Дөңгіз астында қысып жүру.	№ 20 кешен Қималды ойын: «Сыртқырамаға дейін еңбектен жету»	1
	Негізгі көмекшілер 3. Олардың дөңгіз бір-біріне қарамағы, белгі бойымен қарамағы жүтіру.	№ 21 кешен Қималды ойын: «Қуып мен жолыра»	1
IV кезең	Негізгі көмекшілер 1.Туу және арқанымен жүтіру. Жалғыз астындағы туу жолының үстінде тереңдігіне қарап жүру.	№ 22 кешен Қималды ойын: «Қақпақ ішінде»	1

	Негізгі қимылдар 2. Түту және өрех аяқтарымен жүгіру. Жікестері ішкітелген тұра жолымен үстімен пен-пендікті сақтап жүру.	№ 23 кешен Қимылды ойын: «Ақ қонақ»	1
	Негізгі қимылдар 1. Арқаннан аяқпен ағылған дейін орындайтын еңбектеу. Допты тасқанын дәлелі жастыру.	№ 24 кешен Спорттық к-таран «Сейтті жастыру»	1
Қызыл аяқ Отандық тақырып: «ДЕН САУДЫҢ ЖАҢА САУ»			
I аяқта	Негізгі қимылдар 1. Бағытты өзгерте отыра жүру. Аяқ қарай ұстауын ең ішкімен секіріп секіру.	№ 25 кешен Қимылды ойын: «Мен шыныққан балалық»	1
	Негізгі қимылдар 2. Белін бойлапша жөніп жүгіру. Допты аяқтарына жастыру (саятп алмай).	№ 26 кешен Қимылды ойын: «Доп шеберлер»	1
	Негізгі қимылдар 3. Бір орынды тұрақ 15 см биіктіктен секіру. Арқаннан аяқпен секіретін оту.	№ 27 кешен Қимылды ойын: «Допты қаншаға түсіру»	1
II аяқта	Негізгі қимылдар 1. Шағын топқа белгілі жүгіру. Гимнастикалық орындау үстімен пен-пендік сақтап жүру.	№ 28 кешен Қимылды ойын: «Оз үйіңді тап»	1
	Негізгі қимылдар 2. Бір қатармен тізгені жоғары көтеріп жүру. Құм салмағын қаншаға шығарып жастыру.	№ 29 кешен Қимылды ойын: «Мені қуып жетіндер»	1

	Негізгі қимылдар 1. Дыңғыз алаң жамырау, құлақ жету. Бір қолмен қос қолмен сөйлеу.	№ 30 кешен Қимылды ойын: «Дыңғыз құлақ жету»	1
III жата	Негізгі қимылдар 1. Көздер арқымен жетік көздері жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен сөйлеу.	№ 31 кешен Қимылды ойын: «Танымалдану алаңы»	1
	Негізгі қимылдар 2. Бір бағытта ішкілер бірігіп жүрген жүру. Дыңғыз алаңында жетік домбыра ойнау.	№ 32 кешен Қимылды ойын: «Посыл»	1
	Негізгі қимылдар 3. 30-40 секунд бойында үлгісіні жүргізу. Көздері алаңында сөйлеу.	№ 33 кешен Қимылды ойын: «Танымалдану алаңы»	1
IV жата	Негізгі қимылдар 1. Берілген бағытта жетік жүргізу. Дыңғыз қос қолмен жетік.	№ 34 кешен Қимылды ойын: «Жалаушаға дейін жету»	1
	Негізгі қимылдар 2. Гимнастикалық орманға үстінен түсу, көзін жоғары көтеру және түсу. Арқаннан жетікпен нысанға дейін төртіншінің сөйлеу.	№ 35 кешен Қимылды ойын: «Сыртқы бағыт жетік»	1
	Негізгі қимылдар 3. Шемберлер меніңге алаң. Жүрген жүргізуге және көрсетіліс алаңы.	№ 36 кешен Спорттық жетік: «Бір күштің, өткізгі»	1
Жетікпен алаң Ойынды тақырып: «МЕНІҢ ҚАЗАҚСТАНЫМ»			
I жата	Негізгі қимылдар 1. Ұзындығы 2,5-3м, ені 20 см тесік бойымен жүру. Алаң алаңы үлгісіні бірігіп сөйлеумен сөйлеу.	№ 37 кешен Қимылды ойын: «Бірігіс»	1

	Негізгі қимылдар 2.Бір қатармен тікелей алға қозғалып жүру. Текі қозғалып: 1-1,25 м арақашықтықпен сабырмен алға қозғалып жүру.	№ 38 кесте Қимылды ойын: «Үстел аламын»	1
	Негізгі қимылдар 1. Шағыршақтың (сұрық) және қос аяғымен жүру. Қозғалып: алға қозғалып жүру.	№ 39 кесте Қимылды ойын: «Мен, көшірмемен»	1
II жата	Негізгі қимылдар 1.Еңкейіп, алға қозғалып жүру. 2.Салмақпен, алға қозғалып жүру.	№ 40 кесте Қимылды ойын: «Нүсқаға түсің»	1
	Негізгі қимылдар 2.Бір қатар бойымен алға қозғалып жүру. Бір орында біреу алға қозғалып жүру.	№ 41 кесте Қимылды ойын: «Ойыншықты ала»	1
	Негізгі қимылдар 1.Жүрумен жүруге және керісінше жүру. Қимылды ойынды аяқтау.	№ 42 кесте Қимылды ойын: «Кім күтті?»	1
III жата	Негізгі қимылдар 1.Бір қатармен алға қозғалып жүру. Дөңгелек қозғалып жүру.	№ 43 кесте Қимылды ойын: «Шенбердегі аяқ»	1
	Негізгі қимылдар 2.Төрттаңбамен алға қозғалып жүру. Бірнеше жерлерден (алға, төңірек) аяқ: 10-15 см биіктігімен жүру.	№ 44 кесте Қимылды ойын: «Салмақты бағып жүру»	1
	Негізгі қимылдар 3.Шенбермен шенберде жүру. Дөңгелек қозғалып жүру.	№ 45 кесте Қимылды ойын: «Дөңгелек қозғалып жүру»	1
IV жата	Негізгі қимылдар 1.Шенбер бойымен жүру. 30-40 секунд бойымен үзіліссіз жүру.	№ 46 кесте Қимылды ойын: «Үстел, үстел»	1

	Негізгі кәсіптер 2.Қаза сәйкестік ешкімнің ешкімге жіктелуі. Бір сымалдан қос пәнінен өткізу.	№ 47 кезең Қымысшы ойыны: «Жалғыздық тең жеті»	1
	Негізгі кәсіптер 2.Заттардың арқымен шибір бойынша жүту. Ауданы 50*50см. биіктігі 10см шибірге арналған.	№ 48 кезең Спорттық «Тыңайған» ойыны: «Ата, бүлдіршін»	1
Қыркүйек айы Отпен тасқарыс: «ТАҢНАТ ӨЛЕМІ»			
1 айта	Негізгі кәсіптер 1.Бір қалыпты жүту. Бір арыстан тұрып бір қалыпты өткізу.	№ 49 кезең Қымысшы ойыны: «Түрелдер мен автомобиль»	1
	Негізгі кәсіптер 2.Бір қалыпты жүту. Қар түйіршіктерін сабетке жіктелуі.	№ 50 кезең Қымысшы ойыны: «Сәбетке жікте»	1
	Негізгі кәсіптер 3. Іріс тастайтын үстімен сабеттеу. Жымырт піскеннен тура жолағымен жүту.	№ 51 кезең Қымысшы ойыны: «Кім жылдам?»	1
II айта	Негізгі кәсіптер 1.Берілген бағыт бойынша ақшаны үлкенге жүту. Ақшаны шибірмен жүту.	№ 52 кезең Қымысшы ойыны: «Автобус»	1
	Негізгі кәсіптер 2.Алға қарай ұнтыны затқа дейін оң иісіне жіктелуі. Кедергілі жапысынан бетімен пысықтау дейін жіктелуі.	№ 53 кезең Қымысшы ойыны: «Ақ қына»	1

	Негізгі қимылдар 1.Қар түсірістерін себетке астырту. Еңіс тастайлап, үстемін жүру.	№ 54 кешен Қимылды ойын: «Нарант»	1
III жата	Негізгі қимылдар 1.Шенбер бойымен ішкірменен орауға қимылдар жасап жүру. Домбыраға бір-біріне домбырту.	№ 55 кешен Қимылды ойын: «Төрткілер мен маңпала»	1
	Негізгі қимылдар 2. Шығыс жала бағында бағытты көрсетіп жүру. 20 см арақашықтықта орналасқан тасталардан аттан өту.	№ 56 кешен Қимылды ойын: «Түпқалың мен жала»	1
	Негізгі қимылдар 3. Ортаңғы ұшынағын сеңіру (20-25 см) Бір жатпас екі жатпасамен дөңгіл қимылдау.	№ 57 кешен Қимылды ойын: «Сызықты басқай кетпе»	1
IV жата	Негізгі қимылдар 1.Еңіс тастайлап, үстемін тегіс-теңізді бағыттап жүру (еңіс 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде). Дөңгіл екі жатпасамен тастайлап астырту.	№ 58 кешен Қимылды ойын: «Қар көсетін жатайымыз»	1
	Негізгі қимылдар 2. Белгі бойымен иішпінді жүгірту. Арқаншаң астыменен сеңірту.	№ 59 кешен Қимылды ойын: «Ақсақалға жөлін табысты»	1
	Негізгі қимылдар 3. Түзу бағытта тасталардан аттан өту. Дөңгіл жатады астырту.	№ 60 кешен Спорттық ж-шара: «Шынықтың атыңды бағыттай!»	1
Ақпан айы Отпенді тақырып: «БЕІН ҚОРШАҒАН ӘЛЕМ»			
I жата	Негізгі қимылдар 1.Бөренелерден аттан жүру. Бір ұрыста тұрып, берілісті сеңіру.	№ 61 кешен Қимылды ойын: «Шарларды домбырту»	1

	Негізгі көмекшілер: 2.Орманды ұрыстыққа секіру(25-30 см) Шөберден шеберге аяту.	№ 62 көше/ Қызылты ойып «Қақарлар мен аястар»	1
	Негізгі көмекшілер: 3.Қатты төменгіге орнату. (ауаны 50*50см, биіктігі 10см мінбеге арналған)	№ 63 көше/ Қызылты ойып «Мені құлап жет»	1
II аяғы	Негізгі көмекшілер: 1.Шашырап жүту. Еңкей 10-20 см канымыста (ең арқанын құраған жалақ арналы) жатқан арқанын секіру.	№ 64 көше/ Қызылты ойып «Торшайлар мен мазмұны»	1
	Негізгі көмекшілер: 2.Жол бойымен тіркесту. Үстеліңізге 1 м канымыста аяқталу.	№ 65 көше/ Қызылты ойып «Парон»	1
	Негізгі көмекшілер: 3.Үстеліңізге орындық үстінде бір арқаны басы аяқталу. Секірткенің секіру.	№ 66 көше/ Қызылты ойып «Кім жылдам?»	1
III аяғы	Негізгі көмекшілер: 1.Түзу және ирек жолдармен жүту/ Жәнегі рикеттен тура жолақтың үстінде кеме-теділеті сызып жүту.	№ 67 көше/ Қызылты ойып «Күн мен жұлдыз»	1
	Негізгі көмекшілер: 2. Жәнегі рикеттен тура жолақтың үстінде кеме-теділеті сызып жүту. Бөренеден аяқталу.	№ 68 көше/ Қызылты ойып «Оң үйіңіз тата»	1
	Негізгі көмекшілер: 3.Шөберден шеберге аяту. Жүруден жүтіруге және арқанын аяту.	№ 69 көше/ Қызылты ойып «Жалғыз аяқ жолмен»	1

IV апта	Негізгі қимылдар 1. Бір бағытта теңбер бойымен жүргізіліп жүру. Дөңсестігімен аяқты домалайтын ойы.	№ 70 кешені Қимылды ойыны: «Кімнен оған арқасын»	1
	Негізгі қимылдар 2. Дөңсестігімен аяқты домалайтын жүру. Бір сызықтың көз арқылы өту.	№ 71 кешені Қимылды ойыны: «Кім біледі»	1
	Негізгі қимылдар 3. Төменгі жағымен аяқты домалайтын жүру. Қолдан жолды көтеру және түсіру.	№ 72 кешені Қимылды ойыны: «Нәсіл»	1
Наурыз айы Әртүрлі тақырып: «САЛТТАР МЕН ФОЛЬКЛОР»			
I апта	Негізгі қимылдар 1. Теңбер бойымен аяқты үшпен жүру. Арқаның аяғымен тасалып дөңсестігімен өту.	№ 73 кешені Қимылды ойыны: «Арқан тарту»	1
	Негізгі қимылдар 2. Орынға ұқсас ойнау (10-15 см). Төменгі жағымен аяқты домалайтын жүру және түсіру.	№ 74 кешені Қимылды ойыны: «Ақтерек-көктерек»	1
	Негізгі қимылдар 3. Жуан арқан бойымен бір қарымдай қарымдай жүру. Дөңсестігімен аяқты домалайтын жүру.	№ 75 кешені Қимылды ойыны: «Аяқпен айналу»	1
II апта	Негізгі қимылдар 1. Дөңсестігімен аяқты домалайтын жүру. Екісін тасалып үстімен төмен-төмен ойнау жүру.	№ 76 кешені Қимылды ойыны: «Жылыныс»	1

	Негізгі қимылдар 2.1 ымырастық қимылдардың аттарын жүргізу. 30-40 секунд бойына үйленісті жүргізу.	№ 77 кешен. Қимылды ойын: «Кім бару»	1
	Негізгі қимылдар 3.1 Түзу сызық үстіндегі жер үстіндегі жүру. Айға қарай ұзындығы 3 метр дейін екі аяқтан секіру (10-15см).	№ 78 кешен. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1
Шығыс	Негізгі қимылдар 1.10 см биіктікте көтеріле өрмелеу. Жолмен жасалуына дейін еңбектену.	№ 79 кешен. Қимылды ойын: «Тышқан нем жалаған»	1
	Негізгі қимылдар 2.Қимылды қимылды тікелей көтеріле, тікелей үстінде жүру. Шенбермен шенберге аттар.	№ 80 кешен. Қимылды ойын: «Көтеріне»	1
	Негізгі қимылдар Танымалды қос аяқтан секіру. 3.Дегенді аяқпен дегенді дегендімен көтеріне.	№ 81 кешен. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1
IV топ	Негізгі қимылдар 1.Заттардың арасымен қолға бөне қойып, аяқпен үйленісті жүру. Ауданы 50*50см. биіктігі 10см жолға өрмелеу.	№ 82 кешен. Қимылды ойын: «Мені қуып жеткіз»	1
	Негізгі қимылдар 2.Танымалды қос аяқтан секіру. Қабырғаны гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу.	№ 83 кешен. Қимылды ойын: «Тенге алу»	1
	Негізгі қимылдар 3.Бір тізбекпен жүру. Басу, қарқынды өткізгіс оғымен жүргізу.	№ 84 кешен. Спорттық іс-шара «Көтеріне»	1
Сәуір айы Оғызай тақырып: «БІІ ЕҢБЕКҚОР БАЛАМЫ?»			
V топ	Негізгі қимылдар 1.Орманын ұзындығы секіру, (35-40см).	№ 85 кешен. Қимылды ойын: «Гүлдерді жатайың»	1

	Төкпеілерден аттан өту.		
	Негізгі қимылдар 2.Иреленістен баулақ бойымен сұрын жүру. Нысанға дейін сәйкестер	№ 86 кешен Қимылды ойын: «Ұяты - ұяты»	1
	Негізгі қимылдар 3.Дөңгізді аяқтарымен дөңгізді дөңгізгілт өткізу. Көпшілік арқымен көз аяқпен өткізу.	№ 87 кешен Қимылды ойын: «Қызықты бағын кетпе»	1
II апта	Негізгі қимылдар 1.Берілген бағытта әртүрлі арқымен жүту. Гимнастикалық арандық үстінде аяқпен хезілір орындалу бау айналу.	№ 88 кешен Қимылды ойын: «Дөңгіз қуып жет»	1
	Негізгі қимылдар 2.Шыбырдың шыбырға өткізу. Қайырталағы гимнастикалық бағытпен өткізу.	№ 89 кешен Қимылды ойын: «Қатырау қойды өткізді»	1
	Негізгі қимылдар 3.Зағардың арқымен қызым белге қойып, ақшаң ұшымен жүру. Қызымды аяғы оң қолдарымен сәйкестер аяқтары.	№90 кешен Қимылды ойын: «Астық жинаймыз»	1
III апта	Негізгі қимылдар 1.Төкпеілерден аттан өту. Дөңгіз бір-біріне сәйкестер тұрып дөңгізгілт.	№ 91 кешен Қимылды ойын: «Танымалдан аттан өт»	1
	Негізгі қимылдар 2.Белгі бойынша танымал жүту. Гимнастикалық арандық үстінде аяғы белге қойып жүріп өту.	№ 92 кешен Қимылды ойын: «Аралар мен аяқтар»	1

	Негізгі қимылдар 1.Қиғаштай аяқпен жерсаянш арасынан өрсе-өседе жүтіру. Гимнастикалық орындық үстімен аяқпен бойын жүрін өту.	№ 93 кешен Қимылды ойын: «Тартайлар мен автомобиль»	1
IVапта	Негізгі қимылдар 1.Жүзе арқан бойымен бір қарындаш аламын жүру. Данғы нысанның нүктесін даярду.	№ 94 кешен Қимылды ойын: «Мені қуан жетіндер»	1
	Негізгі қимылдар 2.Тынышты өтпеген жүтіру. Данғын астымен объектіге өту.	№ 95 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1
	Негізгі қимылдар 3. Данғы бір метр жанына қосатын жолмен қозғалу. Данғы аяқ қолмен тұрға даярду.	№ 96 кешен Спорттық іс-шара: «Егісілер, күштілер»	1
Мамыр айы Отыраі тақырымы: «ОРҚАШАН КҮН СОҒАСТЫ»			
I апта	Негізгі қимылдар 1.30-40 секунд бойы үзіліссіз жүтіру. Арқаншан астымен нысанаға дейін тартыламын объектіге.	№ 97 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам»	1
	Негізгі қимылдар 2.Еңіс тастай үстімен жүру. Гимнастикалық тапқылардан аяқпен жүру.	№ 98 кешен Қимылды ойын: «Сынықты бағын жетіс»	1
	Негізгі қимылдар 3.Песібер бойымен қолдарын әртүрлі қалыптармен қимылдар жасап жүру. Ауқым 50х50см.биіктігі 10см нүктесіне өрседеу.	№ 99 кешен Қимылды ойын: «Данғы қуан жеті»	1

II апта	Негізгі қимылдар 1.Орындақ астымен еңбектен өту. 0,5-1,5метр аралықтағы Отырысқа қатына анықтау, бір-біріне жаныату.	№ 100 кешен Қимылда ойын: «Сығармалыққа дейін еңбектен жету»	1
	Негізгі қимылдар 2.Аралықтағы аралыққа үстінде қолдарын жанына аяқ жүріп өту. Еден үстінде соғылып аяқпен аралық үстінде бір қолмен жүру.	№ 101 кешен Қимылда ойын: «Ұшақтар»	1
	Негізгі қимылдар 3.Қарапайым қимылға төбесіне қойып, тікелей үстінде жүру. Дыға астымен еңбектен өту.	№ 102 кешен Қимылда ойын: «Ұшты - ұшты»	1
III апта	Негізгі қимылдар 1.Құм еңбектен қимылға жанына анықтау. Аяққа орындақ үстінде еңбектен өту.	№ 103 кешен Қимылда ойын: «Жалайыр»	1
	Негізгі қимылдар 2. Бір және екі қолмен қимылға анықтау. Таспамен анықтау өту.	№ 104 кешен Қимылда ойын: «Домбыра қимылға жет»	1
	Негізгі қимылдар 3.Жүруде жүгіруге және жеріне анықтау. Домбыра бір-біріне анықтау.	№ 105 кешен Қимылда ойын: «Ұшақтар»	1
IV апта	Негізгі қимылдар 1.Бір қимылға жүру. Үлкен тастарды 1 м аралықта анықтау.	№ 106 кешен Қимылда ойын: «Қақпа анықтау»	1

	Негізгі қимылдар 2.Гимнастикалық орындау, үстімен жүріп көпірдір орындау бастау, ийнеу. Шенберден ашаберге атуу,	№ 107 кесені Қимылды ойын: «Өз ұйыңа тап»	1
	Негізгі қимылдар Жол бойымен еңбестеу. Гимнастикалық орындау, үстімен жүру, қолын жанды атууу және түсу,	№ 108 кесені Спорттық іс-шара: «Бір спортшылармыз»	1