

Бекітемін:
№11« Балапан бөбекжай – балабақшасы
менгерушісі:  А.Еришова



Педагогикалық кеңеспен
БЕКІТІЛГЕН
« 24 » тамыз 2021 жыл № 1 хаттама

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасының мазмұнын іске асыруда
өтпелі тақырыптар бойынша
ересектер тобының перспективалық жоспары.
2021-2022 оқу жылы.**

Дене шынықтыру жетекшісі: Б.Исмамбетов

Бекітемін:
балабақша меңгерушісі: А.Кришова

Тексерілді:
балабақша әдіскері: А.Шүйіншалиева

Ұйымдастырылған оқу қызметінің кестесі

2021-2022 оқу жылы

Дене шынықтыру

Топ аты күні	Ерте жас «Жауқазын» тобы	Кіші топ «Балдырған» тобы	Ортаңғы «Балбөбек» тобы	Ортаңғы «Құлыншақ» тобы	Ересек «Айгөлек» тобы	М.А.Д «Ақбота» тобы
Дүйсенбі	10:10 10:20	09:50 10:05	10:25 10:45		11:15 11:40	
Сейсенбі	10:15 10:25			09:50 10:10		09:15 09:45
Сәрсенбі	10:15 10:25		10:35 10:55	09:50 10:10	11:25 11:50	
Бейсенбі		09:50 10:05	10:40 11:00		11:35 12:00	09:15 09:45 (I – III)
Жұма		10:20 10:35		11:10 11:30		09:15 09:45
Ұйымдастырылған оқу қызметінің ұзақтығы (минут)	7-10	10-15	15-20	15-20	20-25	25-30

Ересектер «Айгөлек» тобының дене шынықтыру перспективалық жоспары
Қыркүйек айы
Өтпелі тақырып «Балабақша»

3 сағат Тақырыпша	Негізгі қимылдар	Қимылды ойын	Сағат саны
I апта	Тақырыбы: «Жүрумен де жүгіруден шаршамаймыз» Мақсаты: 1.Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен кезектестіру.Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өту. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 1 кешен Қимылды ойын: «Лақтырып, қағып алу»	1
	Тақырыбы: «Секіреміз тоқтамай» Мақсаты: 1)Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру 2-3рет жүрумен кезектестіре отырып, 10 рет секіру 2. Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өту. 3.Заттар арасымен доптарды домалату.	№ 2 кешен Қимылды ойын: «Мені қуып жет»	1
	Тақырыбы: «Төртағандап еңбектейміз» Мақсаты: 3. Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өту. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 8м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төртағандап еңбектеу.	№ 3 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам»	1
II апта	Тақырыбы: «Сызықты басып кетпе» Мақсаты: 1.Сапта бір-бірлеп жүру,қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. Сызықтар арасымен (15см ара қашықтықта),тепе-теңдікті сақтап жүру. Заттардың арасымен құрсауларды домалату.	№ 4 кешен Қимылды ойын: «Доптарды қуу»	1

	Тақырыбы: «Кім жылдам» Мақсаты: 2. 2-3м қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру Заттардың арасымен құрсауларды домалату. Тақтай үстімен(8м) көлденең еңбектеу	№ 5 кешен Қимылды ойын: «Допты алып кел»	1
	Тақырыбы: «Допты көршіңе бер» Мақсаты: 3. Сызықтар арасымен (15см ара қашықтықта),тепелендікті сақтап жүру Заттардың арасымен құрсауларды домалату.Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу(1,5м қашықтықтан).	№ 6 кешен Қимылды ойын: «Допты ұстап қал»	1
III апта	Тақырыбы: «Құлыншақтай болып жүгіреміз» Мақсаты: 1.Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру.Бір орында оңға, солға секіру. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру(2м.қаш.).	№ 7 кешен Қимылды ойын: «Ойыншыққа тез жетейік»	1
	Тақырыбы: «Біздер жаттығу жасаймыз» Мақсаты: 2. Бір орында оңға, солға секіру. Арқан үстімен тепелендікті сақтап жүру. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.(2-3рет)	№ 8 кешен Қимылды ойын: «Қолмен допты домалату»	1
	Тақырыбы: «Допты алысқа лақтырамыз» Мақсаты: 3. Бір орында оңға, солға секіру. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру(2м.қаш.).	№ 9 кешен Қимылды ойын: «Ойыншыққа еңбектеп жетеміз»	1

	Гимнастикалық скамейка үстімен көлденеңінен еңбектеу.		
IVапта	Тақырыбы: «Өрт сөндірушілер» Мақсаты: 1.Кіші және үлкен қадаммен, сапта бір-бірлеп жүгіру.Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 10 кешен Қимылды ойын: «Орындыққа кім бірінші жетеді?».	1
	Тақырыбы: «Біздер тепе –теңдік сақтаймыз» Мақсаты: 2. Гимнастикалық қабырғаға жоғар-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Алысқа допты дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Гимнастикалық скамейка үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№11 кешен Қимылды ойын: «Орындықтан еңбектеп өтейік!»	1
	Тақырыбы: «Биікке біздер секіреміз» Мақсаты: 3. Гимнастикалық қабырғаға жоғар-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.Баланың қолын көтергендегі биіктен жоғары ілінген нәрсені орнынан секіру арқылы затты жинап өту.	№ 12 кешен Қимылды ойын: «Допты басқа ойыншыға жеткіз»	1
Өтпелі тақырып «Менің отбасым» Қазан айы			
I апта	Тақырыбы: «Нысанаға тигіз» Мақсаты: 1.Түрлі бағытта жүгіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүрумен кезектестіре отырып,10 рет секіру). 1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға қапшықты дәлдеп лақтыру.	№ 13 кешен Қимылды ойын: «Жалаушаны жеткіз!»	1
	Тақырыбы: «Кім шапшаң қозғалады» Мақсаты: 2. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүрумен кезектестіре отырып, 10 рет секіру)1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға дәлдеп лақтыру.	№ 14 кешен Қимылды ойын: «Доп шеңберде»	1

	.Заттар арасымен доптарды домалату.		
	Тақырыбы: «Қақпадан өт» Мақсаты: 3. 1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға дәлдеп лақтыру. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 8м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төртағандап еңбектеу.	№ 15 кешен Қимылды ойын: «Сәбіз жинау»	1
II апта	Тақырыбы: «Кім жылдам » Мақсаты: 1.Түрлі тапсырмалармен жүгіру:шапшаң және баяу қарқынмен., жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Ені 20см, биіктігі 30см тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру.	№ 16 кешен Қимылды ойын: «Торғайлар мен автомобиль»	1
	Тақырыбы: «Аңдар болып жүреміз» Мақсаты: Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. Ені 20см, биіктігі 30см тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. Тақтай үстімен(8м) көлденең еңбектеу.	№ 17 кешен Қимылды ойын: «Түрлі-түсті көліктер»	1
	Тақырыбы: «Допты лақтыр» Мақсаты: Ені 20см, биіктігі 30см тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. Алысқа допты дәлдеп лақтыру (3,5–6,5 м кем емес). Доға астынан еңбектеп өту(биіктігі50см)	№ 18 кешен Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»	
III апта	Тақырыбы: «Шеңбердегі доп» Мақсаты: 1.1-1,5минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Қапшықты нысанаға көздеп лақтыру (3м қаш.).	№ 19 кешен Қимылды ойын: «Өрт сөндірушілер»	1

	Тақырыбы: «Кім епті» Мақсаты:2. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Кегльдердің арасымен еңбектеп жүру. Гимнастикалық қабырғаға кез келген тәсілмен өрмелеу.	№ 20 кешен Қимылды ойын: «Бағдаршам»	1
	Тақырыбы: «Нысанаға дәл тигіз» Мақсаты:3. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Қапшықты нысанаға көздеп лақтыру (3м қаш.). Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру.	№ 21 кешен Қимылды ойын: «Тик - так»	1
IV апта	Тақырыбы: «Біздер епті баламыз» Мақсаты:1.Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50метрге жүгіру. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру.Гимнастикалық орындық үстінен етпетінен жатып, шаян сияқты ішпен тартылып, орындықтың екінші басына шығу.	№ 22 кешен Қимылды ойын: «Жапырақтарды жинаймыз»	1
	Тақырыбы: «Тиіп кетпе» Мақсаты: 2. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру. 5-6м.қаш.Доғаның астынан еңбектеп өту. Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден аттап жүру.	№ 23 кешен Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1

	Тақырыбы: «Шегіртке болып секіреміз» Мақсаты: 3. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру. Гимнастикалық орындық үстінен етпетінен жатып, шаян сияқты ішпен тартылып, орындықтың екінші басына шығу.Құм салған қапшықты оң және сол қолмен алысқа лақтыру.	№ 24 кешен Қимылды ойын: «Асқабақты домалатып жеткізейік»	1
	Өтпелі тақырып «Дені саудың жаны сау» Қараша айы		
I апта	Тақырыбы: «Біздер спортшы боламыз» Мақсаты: 1.Сапқа тұру, құрылымын өзгертіп, қайта тұру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру. (сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Қапшықты оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.	№ 25кешен Қимылды ойын: «Кім мықты»	1
	Тақырыбы: «Сызықтарға тиіп кетпе» Мақсаты: 2. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 26 кешен Қимылды ойын: «Маған қарай жүгір»	1
	Тақырыбы: «Мергендер» Мақсаты: 3. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу.	№ 27 кешен Қимылды ойын: «Шортан мен табандар»	1
II апта	Тақырыбы: «Шыныққан шымырлар» Мақсаты: Қатарға бір-бірден сапқа тұру. 20-25см.биіктікке секіру	№ 28 кешен Қимылды ойын: «Көкөністерді жина»	1

	Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.		
	Тақырыбы: «Биікке қол созамыз» Мақсаты: 2. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 20-25см.биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту.	№ 29 кешен Қимылды ойын: «Қоянның сәбізі»	1
	Тақырыбы: «Арқанға тиіп кетпе» Мақсаты: 3. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу.	№ 30 кешен Қимылды ойын: «Кім тезірек жалаушаға жүгіреді»	1
III апта	Тақырыбы: «Біздер биіктіктен қорықпаймыз» Мақсаты: 1. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу.Қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, екі жағына айналу. Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу.	№ 31 кешен Қимылды ойын: «Саңырауқұлақтарды жинайық».	1
	Тақырыбы: «Тапсырмаларды орындаймыз» Мақсаты: 2. Қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, екі жағына айналу. Құрсаудан еңбектеп өту. Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 32 кешен Қимылды ойын: «Аңшы және қояндар»	1
	Тақырыбы: «Біздер спортты сүйеміз» Мақсаты: 3. 20-25см.биіктікке секіру.Оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 33 кешен Қимылды ойын: «Түлкі тауық қорада»	1

IVапта	Тақырыбы: «Кім жылдам қозғалады» Мақсаты: 1. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 34кешен Қимылды ойын: «Кім мықты?».	1
	Тақырыбы: «Дәл тигіз» Мақсаты: 2. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қапшықты оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см).	№ 35 кешен Қимылды ойын: «Дәл тигіз»	1

	Тақырыбы: «Көңілді мәре» Мақсаты: 3. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. 20-25см.биіктікке секіру.	№ 36 кешен Қимылды ойын: «Допты тордан өткізіу»	1

Желтоқсан айы
Өтпелі тақырып «Жайнай бер,Қазақстаным»

I апта	Тақырыбы: «Біз-көңілді балалар»	Мақсаты: 1.Бір аяқпен секіру(4-5рет, оң және сол аяқпен). Қапшықты оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 37 картотека Қимылды ойын: «Біз көңілді ойнаймыз»	1
	Тақырыбы: «Ерекше орындықтар»	Мақсаты: 2.Қысқа секіртемен секіру(демалу үзілістері бар 2-3реттен, 10рет секіру). Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 38 картотека Қимылды ойын: «Өз үйінді тап»	1
	Тақырыбы: «Достармен ойнайды»	Мақсаты: 3. Бір аяқпен секіру(4-5рет, оң және сол аяқпен). Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. Оң және сол қолымен көлд ененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.	№ 39 картотека Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»	1

II апта	Тақырыбы: «Ұлттық ойын өнері»	Мақсаты: 1. Қысқа секіртпемен секіру(демалу үзілістері бар 2-3реттен, 10рет секіру). 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 40 картотека Қимылды ойын: «Асық ату - алшы»	1
	Тақырыбы: «Ел қорғайтын батырмыз»	Мақсаты: 2.Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту. 20-25см.биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту.	№ 41 картотека Қимылды ойын: «Білектесу»	1
	Тақырыбы: «Дербестікке, ептілікке үйренеді»	Мақсаты: Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту.50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу.	№ 42 картотека Қимылды ойын: «Өз орындарына барындар»	1
III апта	Тақырыбы: «Епті болуға үйренеміз»	Мақсаты: 1. Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту.Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу. 20-25см.биіктікке секіру.	№ 43 кешен Қимылды ойын: «Жалаушаны асыра лақтыр»	1
	Тақырыбы: «Ағаларымыз сияқты күшті болайық»	Мақсаты: 2. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту. Құрсаудан еңбектеп өту. Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 44 кешен Қимылды ойын: «Өз жалаушама қарай»	1

	Тақырыбы: «Ойнай жүріп, есте сақтауды дамытамыз»	Мақсаты: 3. Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту. Оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. 20-25см.биіктікке секіру Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 45 кешен Қимылды ойын: «Түйілген шыт»	1
IVапта	Тақырыбы: «Біздің шағын стадион»	Мақсаты: 1. Гимнастикалық қабырға бойынша оңға-солға ауысып өрмелеу. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 46 кешен Қимылды ойын: «Кім бірінші»	1
	Тақырыбы: «Біз шыныққан баламыз»	Мақсаты: 2. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Қапшықты оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.	№ 47 кешен Қимылды ойын: «Допты басқа ойыншыға жеткіз»	1
	Тақырыбы: «Қысқы ойындар» ойын сауық	Мақсаты: 3. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту. Оң және сол қолымен көлдененінен 2-2,5м қашықтықта дәлдеп лақтыру). 20-25см.биіктікке секіру.	№ 48кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	
Қаңтар айы Өтпелі тақырып «Алақай, қыс келді!»				

I апта	Тақырыбы: «Ерекше сайыс»	Мақсаты: 1.Сапта бір бірден,екеуден аяқтың ұшымен,табанмен, өкшемен жүру. Тізені жоғары көтеріп жүгіру. Бөрене үстімен еңбектеп өту.	№ 49 кешен Қимылды ойын: «Допты алып кел»	1
	Тақырыбы: «Қар ұшқындарын ұстаймыз»	Мақсаты: 2. Жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіріп бағытты, қарқынды өзгертіп жүру. Тізені жоғары көтеріп жүгіру. Бір орында тұрып екі аяқпен секіру.	№ 50 кешен Қимылды ойын: «Қар жинау»	1
	Тақырыбы: «Біз өсіп келеміз»	Мақсаты: 3.Табанның ішкі жағымен тізені жоғары көтеріп, ұсақ және алшақ адымдап жүру. Аяқты бірге, алшақ қойып,біреуін алға екіншісін артқа қойып бір орында тұрып секіру. Доптарды домалату.	№ 51 кешен Қимылды ойын: «Алыптар мен ергежейлілер»	1
II апта	Тақырыбы: «Екі Аяз»	Мақсаты: 1.Қозғалысын бағытын өзгертіп жүру, жыланша ирелендеп жүру, бытырап, қосымша қадаммен алға, шет жағына жүру.Қалыпты, аяқтың ұшымен, жүгіру, шеңбер жасап жүгіру. Құрсауларды домалату.	№ 52 кешен Қимылды ойын: «Қасқыр мен қояндар»	1
	Тақырыбы: «Сиқырлы асық»	Мақсаты: 2.Жүруді басқа қимылдармен кезектестіріп, белгі бойынша тоқтап жүру.Сапта бір бірден және жұппен,түрлі бағытта отырып жүгіру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биіктігі 5-10см).	№ 53 кешен Қимылды ойын: «Асық ату»	1

	Тақырыбы: «Шаңғымен жүру»	Мақсаты: 3. Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру.Сызықтар арасымен(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру.	№ 54 кешен Қимылды ойын: «Шаңғымен жүру»	1
III апта	Тақырыбы: «1,2,3-ойыншықтарға жан бітті!»	Мақсаты: 1.Түрлі бағытта жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.	№ 55 кешен Қимылды ойын: «Тұзақ»	1
	Тақырыбы: «Сиқырлы дорба»	Мақсаты: 2. Допты қағып алып жүгіру. Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.Сызықпен (диаметрі1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 56 кешен Қимылды ойын: «Қолмен допты домалату»	1
	Тақырыбы: «Шаңғымен сырғанап жүреміз»	Мақсаты: 3. Жай қарқында үздіксіз жүгіру (50-60метр жүгіру). Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.	№ 57 кешен Қимылды ойын: «Аңшы және қояндар»	1
IVапта	Тақырыбы: «Сиқырлы таяқ»	Мақсаты: 1.Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру. 20-25 см биіктіктен секіру. Гимнастикалық орындықта қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеу.	№ 58 кешен Қимылды ойын: «Кім жақсы секіреді»	1

	Тақырыбы: «Біз өстік»	Мақсаты: 2. 5метрден 3 рет жүгіру. Сапқа тұру және сап құрылымын өзгертіп қайта тұру.Допты екі қолымен басынан асыра лақтыру.	№ 59 кешен Қимылды ойын: «Қасқыр мен қояндар»	1
	Тақырыбы: «Біз ойнаймыз-дербес болуға жаттығамыз»	Мақсаты: 3. Қатарға бір-бірден сапқа, шеңберге тұру. Бір орында тұрып ұзындыққа 4-6 сызықтың үстіне секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Арқанмен (диаметрі 1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 60 кешен Қимылды ойын: «Хоккей»	1
Ақпан айы Өтпелі тақырып «Көлік»				
I апта	Тақырыбы: «Тоқта, сақтан, жол ашық»	Мақсаты: 1.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша теңелу:оңға,солға айналу, бұрылыстар,ажырату және жақындату. Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.	№ 61 кешен Қимылды ойын: «Қармен дәл тигіз»	1
	Тақырыбы: «Біз әскерміз сап түзеген»	Мақсаты: 2.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша теңелу:оңға,солға айналу, бұрылыстар,ажырату және жақындату. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) 1.5-2 м ара қашықтыққа лақтыру.	№ 62 кешен Қимылды ойын: «Қар атыспақ»	1
	Тақырыбы: «Хоккей ойнауды үйренеміз»	Мақсаты: 3.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша	№ 63 кешен Қимылды ойын: «Хоккей»	1

		теңелу:оңға,солға айналу, бұрылыстар,ажырату және жақындату. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) 1.5-2 м ара қашықтыққа лақтыру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.		
II апта	Тақырыбы: «Алақанмен шапалақтап, аяқпенен топылдатамыз»	Мақсаты: 1.Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Арқанмен (диаметрі 1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 64 кешен Қимылды ойын: «Торғайлар мен автомобиль»	1
	Тақырыбы: «Ұшқыштар»	Мақсаты: 2. Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру. Арқанмен (диаметрі 1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.	№ 65 кешен Қимылды ойын: «Түрлі-түсті көліктер»	1
	Тақырыбы: «Біз аяздан қорықпаймыз»	Мақсаты: 3.Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Құрсауларды домалату.	№ 66 кешен Қимылды ойын: «Автобус»	1
III апта	Тақырыбы: «Отбасындағы ағаларым секілді жаттығамын»	Мақсаты: 1.2 метр арақашықтықта допты бір біріне төменнен лақтыру. Затты жинау арқылы орнынан жоғары секіру.(биіктігі 5-10см). Сызықтар арасымен(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 67 кешен Қимылды ойын: «Өз үйінді тап»	1
	Тақырыбы: «Өрт сөндірушілер»	Мақсаты: 2. 2 метр арақашықтықта допты бір біріне	№ 68 кешен Қимылды ойын: «Доп кімде»	1

	Тақырыбы: «Кішкентай шаңғышылар»	төменнен лақтыру. Сызықтар арасымен(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Бір орында тұрып ұзындыққа 4-6 сызықтың үстіне секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см).		
		Мақсаты: 3.2 метр арақашықтықта допты бір біріне төменнен лақтыру Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биіктігі 5-10см). Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.	№ 69 кешен Қимылды ойын: «Ұстап ал»	1
IVапта	Тақырыбы: «Біз әскерміз сап түзеген»	Мақсаты: 1. 50см. жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.	№ 70 кешен Қимылды ойын: «Допты тордан өткізіу»	1
	Тақырыбы: «Хоккей ойнауды үйренеміз»	Мақсаты: 2.Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. 50см. жоғары көтерілген доғаның астынанта оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру	№ 71 кешен Қимылды ойын: «Хоккей ойнаймыз»	1
	Тақырыбы: «Біз кішкентай спортшылар» ойын сауық	Мақсаты: 3.Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 50см. жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 72 кешен Қимылды ойын: «Біз кішкентай спортшылар» ойын сауық	1
Наурыз айы Өтпелі тақырып «Табиғаттың гүлденуі»				

I апта	Тақырыбы: «Достармен ойнаймыз»	Мақсаты: 1.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Доптарды домалату.	№ 73 кешен Қимылды ойын: «Орамал тастамақ»	1
	Тақырыбы: «Тұлпар»	Мақсаты: 2.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.Доптарды домалату. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру.	№ 74 кешен Қимылды ойын: «Тұлпар»	1
	Тақырыбы: «Ойнаймыз-денсаулықты нығайтамыз»	Мақсаты: 3.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру. (биіктігі 5-10см).	№ 75 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1
II апта	Тақырыбы «Бір, екі, үш-қайтала»	Мақсаты: 1.Сызықтар арасымен (10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биік. 5-10см).	№ 76 кешен Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»	1
	Тақырыбы: «Көңілді шар»	Мақсаты: 2.Сызықтар арасымен (10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биік. 5-10см). Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.	№ 77 кешен Қимылды ойын: «Аттар»	1

	Тақырыбы: «Ғарышкерлер даярлау орталығы»	Мақсаты: 3.Сызықтар арасымен (10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Доптарды домалату.	№ 78 кешен Қимылды ойын: «Қуыспақ»	1
III апта	Тақырыбы: «Көтеріңкі көңіл-күй»	Мақсаты: 1.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру	№ 79 кешен Қимылды ойын: «Тақия тастамақ»	1
	Тақырыбы: «Ойын лотосы»	Мақсаты: 2.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 80 кешен Қимылды ойын: «Қол күрес»	1
	Тақырыбы: «Деніміз сау болсын»	Мақсаты: 3.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.	№ 81 кешен Қимылды ойын: «Орамал»	1

IV апта	Тақырыбы: «Асық ойнаймыз»	Мақсаты: 1.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтап жүру. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту.	№ 82 кешен Қимылды ойын: «Гүлдерді жинаймыз»	1
	Тақырыбы: «Асық толы қоржын»	Мақсаты: 2.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтап жүру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.	№ 83 кешен Қимылды ойын: «Күн, жаңбыр, жел»	1
	Тақырыбы: «Біз-күштіміз, ептіміз»	әрі Мақсаты: 3.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу. .20-25см биіктіктен секіру. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен,қолдың түрлі қалпымен аттап өту	№ 84 кешен Қимылды ойын: «Жерде қалма»	1
Өтпелі тақырып «Алуан-алуан кәсіп бар, таңдай біл де, талап қыл!» Сәуір айы				
I апта	Тақырыбы: «Сиқырлы орындықтар»	Мақсаты: 1.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). 50 см жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 85 кешен Қимылды ойын: «Гүлдерді жинау»	1

	Тақырыбы: «Біз қонаққа барамыз»	Мақсаты: 2.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу.	№ 86 кешен Қимылды ойын: «Теңіз толқиды»	1
	Тақырыбы: «Көңілді күлдіргіштермен ойындар»	Мақсаты: 3.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру (3,5-6,5м.кем емес).50 см жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Көлбеу тақтайда жоғары-төмен жүру және жүгіру.	№ 87 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам»	1
II апта	Тақырыбы: «Байқоңыр»	Мақсаты: 1.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, ұзындыққа 4-6сызықтың үстімен секіру(ара қаш-ы 40-50см).Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м), (ара қаш-ы1,5-2м) лақтыру.	№ 88 кешен Қимылды ойын: «Өз жалаушама қарай»	1
	Тақырыбы: «Ғарышқа саяхат»	Мақсаты: 2.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м),(ара қаш-ы1,5-2м) лақтыру.Құрсауды домалату.	№ 89 кешен Қимылды ойын: «Доптарды қуу»	1

	Тақырыбы: «Самокат тебеміз»	Мақсаты: 3.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, ұзындыққа 4-бсызықтың үстімен секіру(ара қаш-ы 40-50см). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.	№ 90 кешен Қимылды ойын: «Поезд»	1
III апта	Тақырыбы: «Демалыс саябағында»	Мақсаты: 1.Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.	№ 91 кешен Қимылды ойын: «Кім жылдам»	1
	Тақырыбы: «Сиқырлы сақиналар»	Мақсаты: 2. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру..Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу.	№ 92 кешен Қимылды ойын: «Аю мен аралар»	1
	Тақырыбы: «Добым,добым, домалап»	Мақсаты: Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу	№ 93 кешен Қимылды ойын: «Адымдай жүр»	1
IV апта	Тақырыбы: «Бірге жаттығамыз»	Мақсаты: 1.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу.Аяқты бірге, алшак қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып секіру.	№ 94 кешен Қимылды ойын: “Қоймадағы тышқандар”	1
	Тақырыбы: «Батыл көмекшілер»	Мақсаты: 2.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Допты жерге ұру.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.	№ 95 кешен Қимылды ойын: «Көңілді қошақандар”	1

	Тақырыбы: «Көңілді сайыстар» ойын сауық	Мақсаты: 3. Аяқты бірге, алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып секіру Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу..Допты бір-біріне төменнен лақтыру.	№ 96 кешен Қимылды ойын: «Нысанаға дәл тигіз»	1
Мамыр айы Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»				
I апта	Тақырыбы: «Сиқырлы сандық»	Мақсаты: 1.50 см жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу.	№ 97кешен Қимылды ойын: «Тауықтар мен балапандар»	1
	Тақырыбы: «Баскетболшылар»	Мақсаты: 2. 50 см жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.	№ 98 кешен Қимылды ойын: «Аққу қаздар»	1
	Тақырыбы: «Шынығып, шымыр боламыз»	Мақсаты: 3. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. 50 см Жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.	№ 99 кешен Қимылды ойын: «Шығыршықтан өту»	1

II апта	Тақырыбы: «Сыр толы сандық»	Мақсаты: 1.Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес).	№ 100 кешен Қимылды ойын: «Адымдай жүр»	1
	Тақырыбы: «Айсұлумен ойнаймыз»	Мақсаты: 2. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу.Допты екі қолымен басынан асыра лақтыру.(2м ара қаш-а)	№ 101 кешен Қимылды ойын: «Тасымақ»	1
	Тақырыбы: «Тезірек, биігірек, күштірек»	Мақсаты: 3. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Допты екі қолымен басынан асыра лақтыру.(2м ара қаш-а).50см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.	№ 102 кешен Қимылды ойын: «Нысанаға дәл тигіз»	1
III апта	Тақырыбы: «Түрлі секіртпелер» түсті	Мақсаты: 1.Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. 50см жоғары көтерілген доғаның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп өту. 20-25см биіктіктен секіру.	№ 103 кешен Қимылды ойын: «Аққу қаздар»	1
	Тақырыбы: «Айсұлу мен Серік балаларға қонаққа келді»	Мақсаты: 2.Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Бөрене арқылы еңбектеп өту. Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м кем емес).	№ 104 кешен Қимылды ойын: «Қоңыздар»	1

	Тақырыбы: «Сиқырлы қалпақтар»	Мақсаты: 5метрден 3 рет жүгіру..Қырлы тақтаймен тепе-тендікті сақтап жүру. Допты кедергі арқылы лақтыру.(2м. ара қаш-а).	№ 105 кешен Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1
IVапта	Тақырыбы: «Сиқырлы өзгерістер»	Мақсаты: 50-60м.жүгіру.Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Сызықтар арасымен 10см. ара қаш-а тепе-тендікті сақтап жүру.	№ 106 кешен Қимылды ойын: «Шеңбер ішіне дәлдеп лақтыр»	1
	Тақырыбы: «Достасайық бәріміз»	Мақсаты: 2. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Допты қағып алып жүгіру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру(биіктігі5-10см)	№ 107 кешен Қимылды ойын: «Кегельдерді құлату»	1
	Тақырыбы: «Қазақтың қимыл-қозғалыс ойындары»	Мақсаты: Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен,қолдың түрлі қалпымен аттап өту.	№ 108 кешен Қимылды ойын: «Тақия тастамақ»	1