

№ 11 «Балапан» бөбекжай – балабақшасы

Бекітемін:

№ 11 «Балапан» бөбекжай – балабақшасының  
менгерушісі: А.Ернишова \_\_\_\_\_

Педагогикалық кеңеспен

БЕКІТІЛГЕН

«18» тамыз 2020жыл № 1 хаттама

**МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ТӘРБИЕ МЕН ОҚЫТУДЫҢ ҮЛГІЛІК ОҚУ  
БАҒДАРЛАМАСЫНЫҢ МАЗМҰНЫН ІСКЕ АСЫРУДА ӨТПЕЛІ  
ТАҚЫРЫПТАР БОЙЫНША  
«ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ» ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ  
2020 – 2021 оқу жылы**



**Дене шынықтыру жетекшісі: Исмамбетов Б**



Бекітемін:

балабақша меңгерушісі: А.Еришова

Келісемін:

балабақша әдіскері: Ж.Исатаева

# ҰЙЫМДАСТЫРЫЛҒАН ОҚУ ҚЫЗМЕТІНІҢ КЕСТЕСІ

2020-2021 оқу жылы

Дене шынықтыру

| Топ аты<br>күні                                 | Ерте жас<br>«Жауқазын»<br>тобы | Кіші<br>«Балбөбек»<br>тобы | Ортаңғы<br>«Ақбота»<br>тобы | Ересек<br>«Балдырған»<br>тобы | Ересек<br>«Айгөлек»<br>тобы | Ересек<br>«Құлыншақ»<br>тобы |
|-------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| Дүйсенбі                                        | 10:10<br>10:20                 | 09:50<br>10:05             | 10:35<br>10:55              |                               | 11:20<br>11:45              |                              |
| Сейсенбі                                        | 10:25<br>10:35                 |                            |                             | 09:50<br>10:15                |                             | 11:00<br>11:30               |
| Сәрсенбі                                        | 10:20<br>10:30                 |                            | 11:10<br>11:30              | 09:50<br>10:15                | 11:35<br>12:00              |                              |
| Бейсенбі                                        |                                | 10:50<br>11:05             | 11:40<br>12:00              |                               | 11:10<br>11:35              | 09:50<br>10:15               |
| Жұма                                            |                                | 10:20<br>10:35             |                             | 11:00<br>11:25                |                             | 09:50<br>10:15               |
| Ұйымдастырылған оқу қызметінің ұзақтығы (минут) | 7-10                           | 10-15                      | 15-20                       | 20-25                         | 20-25                       | 20-25                        |

**Ересектер «Балдырған,Айгөлек,Құлыншақ» тобының дене шынықтыру перспективалық жоспары**  
**Қыркүйек айы**  
**Өтпелі тақырып « Балабақша»**

| <b>3 сағат<br/>Тақырыпша</b> | <b>Негізгі қимылдар</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>Қимылды ойын</b>                                            | <b>Сағат<br/>саны</b> |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------|
| <b>I апта</b>                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен кезектестіру.Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өту. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                                     | <b>№ 1 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Лақтырып, қағып алу»</b> | <b>1</b>              |
|                              | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1)Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүрумен кезектестіре отырып, 10 рет секіру<br>2. Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өту.<br>3.Заттар арасымен доптарды домалату.                | <b>№ 2 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Мені қуып жет»</b>       | <b>1</b>              |
|                              | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өту. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру.<br>8м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төртағандап еңбектеу.                       | <b>№ 3 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кім жылдам»</b>          | <b>1</b>              |
| <b>II апта</b>               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Сапта бір-бірлеп жүру,қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау.<br>Сызықтар арасымен (15см ара қашықтықта),тепе-теңдікті сақтап жүру. Заттардың арасымен құрсауларды домалату. | <b>№ 4 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Доптарды қуу»</b>        | <b>1</b>              |
|                              | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. 2-3м қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру<br>Заттардың арасымен құрсауларды домалату. Тақтай үстімен(8м) көлденең еңбектеу                                                                 | <b>№ 5 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Допты алып кел»</b>      | <b>1</b>              |

|          |                                                                                                                                                                                                             |                                                                     |   |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---|
|          | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. Сызықтар арасымен (15см ара қашықтықта),тепелендікті сақтап жүру Заттардың арасымен құрсауларды домалату..Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу(1,5м қашықтықтан). |                                                                     |   |
|          |                                                                                                                                                                                                             | <b>№ 6 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Допты ұстап қал»                 | 1 |
| III апта | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру.Бір орында оңға, солға секіру. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру(2м.қаш.).                          | <b>№ 7 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Ойыншыққа тез жетейік»           | 1 |
|          | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Бір орында оңға, солға секіру. Арқан үстімен тепелендікті сақтап жүру. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.(2-3рет)                                                   | <b>№ 8 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Қолмен допты домалату»           | 1 |
|          | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. Бір орында оңға, солға секіру. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру(2м.қаш.). Гимнастикалық скамейка үстімен көлденеңінен еңбектеу.                           | <b>№ 9 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Ойыншыққа еңбектеп жетеміз»      | 1 |
| IV апта  | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Кіші және үлкен қадаммен, сапта бір-бірлеп жүгіру.Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.Тақтай үстімен тепелендікті сақтап жүру.                   | <b>№ 10 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Орындыққа кім бірінші жетеді?». | 1 |
|          | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Гимнастикалық қабырғаға жоғар-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Алысқа допты дәлдеп лақтыру(3,5-                                                                            | <b>№11 кешен Қимылды ойын: «Орындықтан еңбектеп өтейік!»</b>        | 1 |

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |   |
|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                 | 6,5м.кем емес). Гимнастикалық скамейка үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                       |   |
|                                                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.     | <b>№ 12 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Допты басқа ойыншыға жеткіз»</b><br><b>Эстафеталық сайыс: «Балабақшадағы көңілді эстафета»</b> | 1 |
| <b>Өтпелі тақырып «Менің отбасым» Қазан айы</b> |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |   |
| <b>I апта</b>                                   | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Түрлі бағытта жүгіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүрумен кезектестіре отырып,10 рет секіру).<br>1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға қапшықты дәлдеп лақтыру.      | <b>№ 13 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Жалаушаны жеткіз!»</b>                                                                         | 1 |
|                                                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.<br>.Заттар арасымен доптарды домалату. | <b>№ 14 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Доп шеңберде.»</b>                                                                             | 1 |
|                                                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. 1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға дәлдеп лақтыру. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру.<br>8м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төртағандап еңбектеу.  | <b>№ 15 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Сәбіз жинау»</b>                                                                               | 1 |
| <b>II апта</b>                                  | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Түрлі тапсырмалармен жүгіру:шапшаң және баяу қарқынмен., жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Ені 20см,                                                                                                               | <b>№ 16 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Торғайлар мен автомобиль»</b>                                                                  | 1 |

|                 |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                  |   |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---|
|                 | биіктігі 30см тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру.                                                                                                                                |                                                                  |   |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.  | <b>№ 17 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Түрлі-түсті көліктер»</b> | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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) | <b>№ 18 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Мысық пен торғайлар»</b>  |   |
| <b>III апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.).           | <b>№ 19 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Өрт сөндірушілер»</b>     | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Кегльдердің арасымен еңбектеп жүру. Гимнастикалық қабырғаға кез келген тәсілмен өрмелеу.               | <b>№ 20 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Бағдаршам»</b>            | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Қапшықты нысанаға көздеп лақтыру (3м қаш.). Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру.               | <b>№ 21 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Тик - так»</b>            | 1 |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                              |   |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| <b>IVапта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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. | <b>№ 22 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Жапырақтарды жинаймыз»</b>                                                            | 1 |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру. 5-6м.қаш.Доғаның астынан еңбектеп өту. Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден аттап жүру.                                                                            | <b>№ 23 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Күн мен жаңбыр»</b>                                                                   | 1 |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.           | <b>№ 24 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Асқабақты домалатып жеткізейік»</b><br><b>Спорттық ойын: «Мен және менің отбасым»</b> | 1 |
|               | <b>Өтпелі тақырып «Дені саудың жаны сау»</b><br><b>Қараша айы</b>                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                              |   |
| <b>I апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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 көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.                | <b>№ 25кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кім мықты?».</b>                                                                       | 1 |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                     |   |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                 | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см).<br/> Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>                         | <p><b>№ 26 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Маған қарай жүгір».</b></p>             | 1 |
|                 | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 3. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см).<br/> Оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу.</p> | <p><b>№ 27 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Шортан мен табандар»</b></p>            | 1 |
| <b>II апта</b>  | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> Қатарға бір-бірден сапқа тұру. 20-25см.биіктікке секіру<br/> Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.</p>                | <p><b>№ 28 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Көкөністерді жина»</b></p>              | 1 |
|                 | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 20-25см.биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту.</p>                                                                                                          | <p><b>№ 29 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Қоянның сәбізі»</b></p>                 | 1 |
|                 | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 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.</p>           | <p><b>№ 30 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Кім тезірек жалаушаға жүгіреді»</b></p> | 1 |
| <b>III апта</b> | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 1. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу.Қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, екі жағына айналу. Гимнастикалық</p>                                                     | <p><b>№ 31 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Саңырауқұлақтарды жинайық».</b></p>     | 1 |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                         |   |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|               | қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу.                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                         |   |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, екі жағына айналу. Құрсаудан еңбектеп өту.<br>Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                                                                                              | <b>№ 32 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Аңшы және қояндар»</b>                                                                           | 1 |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. 20-25см.биіктікке секіру.Оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.<br>Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                                                                                  | <b>№ 33 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Түлкі тауық қорада»</b>                                                                          | 1 |
| <b>IVапта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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).<br>Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                      | <b>№ 34кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кім мықты?».</b>                                                                                  | 1 |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қапшықты оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). | <b>№ 35 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Дәл тигіз»</b>                                                                                   | 1 |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. 20-25см.биіктікке секіру.                                                                                           | <b>№ 36 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Допты тордан өткізіу»</b><br><b>Эстафеталық жарыс:</b><br><b>«Күштіміз! Елтіміз! Жылдамбыз!»</b> | 1 |

|                |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                         |   |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                | <p align="center"><b>Желтоқсан айы</b><br/> <b>Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным»</b></p>                                                                                                                                                        |                                                                                         |   |
| <b>I апта</b>  | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 1.Бір аяқпен секіру(4-5рет, оң және сол аяқпен).<br/> Қапшықты оң және сол қолымен көлдененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>                            | <p align="center"><b>№ 37 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Фигура жаса»</b></p>         | 1 |
|                | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2.Қысқа секіртемен секіру(демалу үзілістері бар 2-3реттен, 10рет секіру).<br/> Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.<br/> Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>                             | <p align="center"><b>№ 38 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Алысқа лақтыр»</b></p>       | 1 |
|                | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 3. Бір аяқпен секіру(4-5рет, оң және сол аяқпен).<br/> Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу.<br/> Оң және сол қолымен көлд ененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.</p>                            | <p align="center"><b>№ 39 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Мысық пен торғайлар»</b></p> | 1 |
| <b>II апта</b> | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 1. Қысқа секіртпемен секіру(демалу үзілістері бар 2-3реттен, 10рет секіру).<br/> 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> | <p align="center"><b>№ 40 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Өз үйінді тап»</b></p>       | 1 |
|                | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2.Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту.<br/> 20-25см.биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту.</p>                                                                                           | <p align="center"><b>№ 41 кешен Қимылды ойын:</b><br/> <b>«Тақия тастамақ»</b></p>      | 1 |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                    |   |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---|
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                    |   |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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. | <b>№ 42 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Өз орындарыңа барыңдар»</b> | 1 |
| <b>III апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1. Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту.Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу.<br>20-25см.биіктікке секіру.                                                                                              | <b>№ 43 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Жалаушаны асыра лақтыр»</b> | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту.<br>Құрсаудан еңбектеп өту.<br>Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                                                | <b>№ 44 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Өз жалаушама қарай»</b>     | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту.<br>Оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. 20-25см.биіктікке секіру<br>Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                       | <b>№ 45 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Түйілген шыт»</b>           | 1 |
| <b>IVапта</b>   | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1. Гимнастикалық қабырға бойынша оңға-солға ауысып өрмелеу.<br>4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см).<br>Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                                              | <b>№ 46 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кім бірінші»</b>            | 1 |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                        |   |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|               | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту.<br/> 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.</p> | <p><b>№ 47 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Теңге алу»</p>                                                | 1 |
|               | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 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).<br/> 20-25см.биіктікке секіру.</p>                                                                 | <p><b>№ 48кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Кім жылдам<br/> Эстафеталық жарыс:<br/> «Бақытты жанұялар»</p> |   |
|               | <p><b>Қаңтар айы</b><br/> <b>Өтпелі тақырып «Табиғат әлемі»</b></p>                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                        |   |
| <b>I апта</b> | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 1.Сапта бір бірден,екеуден аяқтың ұшымен,табанмен, өкшемен жүру. Тізені жоғары көтеріп жүгіру. Бөрене үстімен еңбектеп өту.</p>                                                                                                                                                | <p><b>№ 49 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Допты алып кел»</p>                                           | 1 |
|               | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2. Жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіріп бағытты, қарқынды өзгертіп жүру. Тізені жоғары көтеріп жүгіру. Бір орында тұрып екі аяқпен секіру.</p>                                                                                                                            | <p><b>№ 50 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Қар жинау»</p>                                                | 1 |

|          |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                     |   |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---|
|          | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 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.<br/> Доптарды домалату.</p>   | <p><b>№ 51 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Мысық пен торғайлар»</p>   | 1 |
| II апта  | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 1. Қозғалысын бағытын өзгертіп жүру, жыланша ирелеңдеп жүру, бытырап, қосымша қадаммен алға, шет жағына жүру. Қалыпты, аяқтың ұшымен, жүгіру, шеңбер жасап жүгіру. Құрсауларды домалату.</p>      | <p><b>№ 52 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Қасқыр мен қояндар»</p>    | 1 |
|          | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 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).</p> | <p><b>№ 53 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Түлкі тауық қорада»</p>    | 1 |
|          | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 3. Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Сызықтар арасымен (10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p>                                | <p><b>№ 54 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Қоян мен қасқыр»</p>       | 1 |
| III апта | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 1. Түрлі бағытта жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.</p>                                             | <p><b>№ 55 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Тұзақ»</p>                 | 1 |
|          | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2. Допты қағып алып жүгіру. Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. Сызықпен (диаметрі 1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>                                                         | <p><b>№ 56 кешен Қимылды ойын:</b><br/> «Қолмен допты домалату»</p> | 1 |

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                |   |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---|
|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                |   |
|                                                                 | <b>(Негізгі қимылдар)</b><br><b>3.</b> Жай қарқында үздіксіз жүгіру ( 50-60метр жүгіру).<br>Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.                                 | <b>№ 57 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Аңшы және қояндар»</b>  | 1 |
| <b>IV апта</b>                                                  | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.             | <b>№ 58 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кім жақсы секіреді»</b> | 1 |
|                                                                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br><b>2.</b> 5метрден 3 рет жүгіру.<br>Сапқа тұру және сап құрылымын өзгертіп қайта тұру.Допты екі қолымен басынан асыра лақтыру.                                                                  | <b>№ 59 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Қасқыр мен қояндар»</b> | 1 |
|                                                                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br><b>3.</b> 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. | <b>№ 60 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Хоккей»</b>             | 1 |
| <b>Ақпан айы</b><br><b>Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»</b> |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                |   |
| <b>I апта</b>                                                   | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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).  | <b>№ 61 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Қармен дәл тигіз»</b>   | 1 |

|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                      |   |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---|
|                | Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                      |   |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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..      | <b>№ 62 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Қар атыспақ»</b>              | 1 |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша 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. | <b>№ 63 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Шанамен жарысу.»</b>          | 1 |
| <b>II апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                                                             | <b>№ 64 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Торғайлар мен автомобиль»</b> | 1 |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                                                                           | <b>№ 65 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Түрлі-түсті көліктер»</b>     | 1 |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                                                                                            | <b>№ 66 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Автобус»</b>                  | 1 |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                  |   |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---|
|                 |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                  |   |
| <b>III апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                              | <b>№ 67 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Өз үйінді тап»</b>        | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. 2 метр арақашықтықта допты бір біріне 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). | <b>№ 68 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Доп кімде»</b>            | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3.2 метр арақашықтықта допты бір біріне төменнен лақтыру<br>Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биіктігі 5-10см).<br>Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.                             | <b>№ 69 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Ұстап ал»</b>             | 1 |
| <b>IV апта</b>  | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                                  | <b>№ 70 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Допты тордан өткізіу»</b> | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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                                  | <b>№ 71 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Өрт сөндірушілер»</b>     | 1 |

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                              |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                                                                        | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                 | <b>№ 72 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Ұшқыштар»</b><br><b>Спорттық ойын: «Көңілді ойындар еліне саяхат»</b> | 1 |
| <p style="text-align: center;"><b>Наурыз айы</b><br/> <b>Өтпелі тақырып «Салттар мен фольклор»</b></p> |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                              |   |
| <b>I апта</b>                                                                                          | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.<br>Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Доптарды домалату.                                                      | <b>№ 73 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Ақ сүйек»</b>                                                         | 1 |
|                                                                                                        | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.Доптарды домалату.<br>Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру.                                        | <b>№ 74 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Орамал тастамақ»</b>                                                  | 1 |
|                                                                                                        | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.<br>Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.<br>(биіктігі 5-10см).         | <b>№ 75 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Асық ойындары»</b>                                                    | 1 |
| <b>II апта</b>                                                                                         | <b>(Негізгі қимылдар</b><br>1.Сызықтар арасымен (10см каш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру.<br>Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру.<br>Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биік. 5- | <b>№ 76 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Мысық пен торғайлар»</b>                                              | 1 |

|                 |                                                                                                                                                                                                                          |                                                     |   |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---|
|                 | 10см).                                                                                                                                                                                                                   |                                                     |   |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2.Сызықтар арасымен<br>(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биік. 5-10см).<br>Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.             | <b>№ 77 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Аттар»          | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3.Сызықтар арасымен<br>(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру.<br>Затты көлденеңінен<br>2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру.<br>Доптарды домалату.                              | <b>№ 78 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Қуыспақ»        | 1 |
| <b>ІІІ апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық).<br>Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру | <b>№ 79 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Тақия тастамақ» | 1 |
|                 |                                                                                                                                                                                                                          | <b>№ 80 кешен Қимылды ойын:</b><br>«Қол күрес»      | 1 |

|                |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                           |   |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 3.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.<br/> Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.</p>       | <p><b>№ 81 кешен Қимылды ойын:<br/> «Орамал»</b></p>                                                      | 1 |
| <b>IV апта</b> | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 1.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.<br/> Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтап жүру.<br/> Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен,<br/> қолдың түрлі қалпымен аттап өту.</p> | <p><b>№ 82 кешен Қимылды ойын:<br/> «Гүлдерді жинаймыз»</b></p>                                           | 1 |
|                | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 2.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.<br/> Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтап жүру.<br/> Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.</p>                          | <p><b>№ 83 кешен Қимылды ойын:<br/> «Күн, жаңбыр, жел»</b></p>                                            | 1 |
|                | <p><b>Негізгі қимылдар</b><br/> 3.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.<br/> .20-25см биіктіктен секіру. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен,қолдың түрлі қалпымен аттап өту</p>                           | <p><b>№ 84 кешен Қимылды ойын:<br/> «Жерде қалма»<br/> Қазақтың ұлттық ойындар мерекесі: «Көкпар»</b></p> | 1 |
|                | <p><b>Өтпелі тақырып «Біз еңбекқор баламыз»<br/> Сәуір айы</b></p>                                                                                                                                                                          |                                                                                                           |   |

|                |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                |   |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---|
| <b>I апта</b>  | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес).<br>50 см жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                            | <b>№ 85 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Гүлдерді жинау»</b>     | 1 |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес).<br>Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу.                                                                | <b>№ 86 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Теңіз толқиды»</b>      | 1 |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                                           | <b>№ 87 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кім жылдам».</b>        | 1 |
| <b>II апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, ұзындыққа 4-бсызықтың үстімен секіру(ара қаш-ы 40-50см).Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м), (ара қаш-ы1,5-2м) лақтыру. | <b>№ 88 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Өз жалаушама қарай»</b> | 1 |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м),(ара қаш-ы1,5-2м) лақтыру.Құрсауды домалату.                                                          | <b>№ 89 кешен Қимылды ойын: «Доптарды қуу»</b>                 | 1 |
|                | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, ұзындыққа 4-бсызықтың үстімен секіру(ара қаш-ы 40-                                                                                 | <b>№ 90 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Поезд»</b>              | 1 |

|                 |                                                                                                                                                                                                      |                                                                 |   |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---|
|                 | 50см).<br>Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.                                                                                                                                                  |                                                                 |   |
| <b>III апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.                                       | <b>№ 91 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кім жылдам»</b>          | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу<br>Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру..Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу.                            | <b>№ 92 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Аю мен аралар»</b>       | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу                                                | <b>№ 93 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Адымдай жүр»</b>         | 1 |
| <b>IVапта</b>   | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу.Аяқты бірге, алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып секіру. | <b>№ 94 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>“Қоймадағы тышқандар”</b> | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Допты жерге ұру.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.                          | <b>№ 95 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Көңілді қошақандар”</b>  | 1 |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                          |   |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                                   | <b>Негізгі қимылдар</b><br>3. Аяқты бірге, алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып секіру Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу..Допты бір-біріне төменнен лақтыру.                                                                | <b>№ 96 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Нысанаға дәл тигіз»</b><br><b>Спорттық мереке:</b><br><b>«Еңбек бәрін жеңбек»</b> | 1 |
| <b>Мамыр айы</b><br><b>Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»</b> |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                          |   |
| <b>I апта</b>                                                     | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                                   | <b>№ 97кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Тауықтар мен балапандар»</b>                                                       | 1 |
|                                                                   | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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.                                   | <b>№ 98 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Аққу қаздар»</b>                                                                  | 1 |
|                                                                   | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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. | <b>№ 99 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Шығыршықтан өту»</b>                                                              | 1 |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                 |   |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---|
| <b>II апта</b>  | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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).            | <b>№ 100 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Адымдай жүр»</b>        | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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)                     | <b>№ 101 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Тасымақ»</b>            | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>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. | <b>№ 102 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Нысанаға дәл тигіз»</b> | 1 |
| <b>III апта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>1.Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. 50см жоғары көтерілген доғаның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп өту. 20-25см биіктіктен секіру.                                                                                  | <b>№ 103 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Аққу қаздар»</b>        | 1 |
|                 | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2.Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Бөрене арқылы еңбектеп өту. Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м кем емес).                                                                                                              | <b>№ 104 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Қоңыздар»</b>           | 1 |

|               |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                        |   |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>5метрден 3 рет жүгіру..Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.<br>Допты кедергі арқылы лақтыру.(2м. ара қаш-а).                                         | <b>№ 105 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Күн мен жаңбыр»</b>                                            | 1 |
| <b>IVапта</b> | <b>Негізгі қимылдар</b><br>50-60м.жүгіру.Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Сызықтар арасымен 10см. ара қаш-а тепе-теңдікті сақтап жүру.                  | <b>№ 106 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Шеңбер ішіне дәлдеп лақтыр»</b>                                | 1 |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>2. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Допты қағып алып жүгіру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру(биіктігі5-10см)        | <b>№ 107 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Кегельдерді құлату»</b>                                        | 1 |
|               | <b>Негізгі қимылдар</b><br>Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-бдоп арқылы кезекпен,қолдың түрлі қалпымен аттап өту. | <b>№ 108 кешен Қимылды ойын:</b><br><b>«Тунельден өтеміз»</b><br><b>Спорттық сайыс: «Көңілді мәре»</b> | 1 |