



БЕКІТЕМІН
ЖШС «Бопай»

Балабақшасы менгерушісі
Жашева Б.А. *[Signature]*

**ДЕНЕШЫНЫҚТЫРУ ҰОҚ-НІҢ
ОРТАҒЫ «БАЛАПАН» ТОБЫ БОЙЫНША
2021– 2022 ОҚУ ЖЫЛЫНА
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

2021 жыл қыркүйек айы, ортаңғы топ
Өтпелі тақырып: «БАЛАБАҚША»

Мақсаты: мектеп жасына дейінгі балалардың жас ерекшеліктері мен жеке мүмкіндіктеріне сәйкес білім, білік, дағдыларын қалыптастыру. Рухани-адамгершілік құндылықтарына баулу.

Міндеттері:

- Денсаулық сақтау технологиялары негізінде балалардың қозғалыс белсенділіктерін дамыту;
- Интеллектуалдық қабілеттерін, логикалық ойлауын және қоршаған ортаның біртұтастығы туралы білімдерін жетілдіру;
- Қоршаған ортаға жағымды мінез-құлық пен қарым-қатынас дағдыларына баулу

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Сапта бір – бірлеп, бірінің артынан бірі жүру</p> <p>2. Сапта бір – бірлеп, бірінің артынан бірі жүгіру</p> <p>Қимылды ойын: «Балабақша сарбаздары» (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Сапта бір – бірлеп, бірінің артынан бірі жүру</p> <p>2. 2-3 м қашықтықта алға жылжи отырып, қос аяқтап секіру</p> <p>Қимылды ойын: «Топ чемпиондары» (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Сапта бір – бірлеп, бірінің артынан бірі жүгіру</p> <p>2. Арақашықтығы 4 м тура бағытта еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын: «Мені қуып жете аласың ба?»</p>	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>1. Арақашықтығы 4 м тура бағытта еңбектеу</p> <p>2. 1,5 м арақашықтықта бір-біріне қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты бір-біріне домалату</p> <p>Қимылды ойын: «Досына қарай домалат» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. 1,5 м арақашықтықта бір-біріне қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату</p> <p>2. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру</p> <p>Қимылды ойын: «Допты кім бірінші ұстайды?» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру</p> <p>2. Сапқа бір-бірден қайта тұру</p> <p>Қимылды ойын: «Орнықты тап»</p>	<p>Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. Сапқа бір-бірден қайта тұру</p> <p>2. Аралықты сақтай отырып, тізені жоғары көтеріп жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Қонжыққа кім тез жетеді?» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. Аралықты сақтай отырып, тізені жоғары көтеріп жүру.</p> <p>2. Қол мен аяқ қимылын үйлестіре отырып аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Біздер де бар қуыршақ» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. Қол мен аяқ қимылын үйлестіре отырып аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p>2. Қос аяқтап басты затқа тигізе отырып жоғарыға қарай секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Ұшақтар»</p>	<p>Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып жоғарыға қарай секіру.</p> <p>2. Аяқты алшақ ұстаған қалыпта допты 1.5 м қашықтыққа домалату</p> <p>Қимылды ойын: «Орындыққа кім жылдам жетеді?» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. Аяқты алшақ ұстаған қалыпта допты 1.5 м қашықтыққа домалату</p> <p>2. 4 м арақашықтықта заттардың арасымен жыланша еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын: «Кім жылдам?» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1. 4 м арақашықтықта заттардың арасымен жыланша еңбектеу</p> <p>2. Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүру</p> <p>Қимылды ойын: «Өз үйінді тап»</p>

Өтпелі тақырып «Менің отбасым»

Мақсаты: балалардың отбасы туралы түсініктерін қалыптастыра отырып, отбасы мүшелерін атап, олар туралы айтуға және жақсы көруге үйрету; туыстық байланыс туралы түсініктерін дамыту.

Міндеттері:

- Отбасында мәдени-гигиеналық дағдыларын сақтауға баули отырып, ата-аналармен бірге балалар денсаулығын нығайтуға ықпал ету;
- Отбасылық серуендерге, саяхаттарға шығу барысында балалардың табиғатта, қоршаған ортада өзін ұстай білу дағдыларын , қоршаған әлемге қызығушылығы мен қамқорлық қасиеттерін қалыптастыруға ықпал жасау;

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1. (негізгі қимылдар) 1 Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүру; 2.Шеңберге кішігірім топтармен тұру (тәрбиешінің көмегімен); Қимылды ойын: «Сәбізді себетке тез жинайық»</p> <p>2. (негізгі қимылдар) 1..Шеңберге кішігірім топтармен тұру; 2.Бағытты өзгертіп жүру; Қимылды ойын: «Арбакеш атайға көмектесейік»</p> <p>3. 1. Бағытты өзгертіп жүру; 2.Шеңбер бойлап жүгіру; Қимылды ойын: «Әжемнің жіп шумақтарын жинайық»</p>	<p>1.Дене шынықтыру 1. Шеңбер бойлап жүгіру; 2. Допты қақпадан асыра лақтыру Қимылды ойын: «Көшедегі көліктер»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Допты қақпадан асыра лақтыру 2. 3 м қашықтыққа қос аяқтап секіріп бару Қимылды ойын: «Көшедегі кедергілер»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. 3 м қашықтыққа қос аяқтап секіріп бару 2. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру Қимылды ойын: «Автомобиль мен торғайлар»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Екі қолмен жоғары бастан асыра допты лақтыру 2. Допты қағып алуға қалыптастыру Қимылды ойын: «От пен су»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Допты қағып алуға қалыптастыру 2 Заттар арасымен еңбектеу Қимылды ойын: «Мерген футболшы »</p> <p>3.(негізгі қимылдар) 1. Заттар арасымен еңбектеу 2. Көлденең нысанаға допты лақтыру Қимылды ойын: «Жолдан абайлап өтейік»</p>	<p>1. Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Заттар арасымен еңбектеу 2.Тұрған жерінен ұзындыққа секіру Қимылды ойын: «Көкөністер жинайық»</p> <p>2. Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Тұрған жерінен ұзындыққа секіру</p> <p>2. Көлденең нысанаға допты лақтыру</p> <p>Қимылды ойын: «Себетті толтыр»</p> <p>3.«Күзгі өнімдерді бірге жинайық»- эстафета</p>

Ортаңғы топ қараша айы 2021 жыл
Өтпелі тақырып «Дені саудың – жаны сау»

Мақсаты: Денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, балалардың қимыл белсенділігін дамыту және дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Міндеттері:

- Түрлі қимыл қозғалыстарын орындату арқылы денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын (ептілік, төзімділік, икемділік) дамыту;
- Табиғатқа сүйіспеншілікке, қоршаған ортаға қамқорлық жасауға баулу, өнер туындыларына жағымды мінез-құлық қалыптастыру;
- Көз бен қол үйлесімділігін дамыту;

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Көлденең нысанаға допты лақтыру 2.Еденге қойылған тақтай бетімен еңбектеу Қимылды ойын: «Шымыр балақай»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1.Еденге қойылған тақтай бетімен еңбектеу 2. Еңіс тақтай бойымен жүру Қимылды ойын: «Мен ептімін»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1 Еңіс тақтай бойымен жүру 2.Бөрене арасымен еңбектеу Қимылды ойын: «Мені қуып жет»</p>	<p>.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Бөрене арасымен еңбектеу 2. Сапқа қайта тұру Қимылды ойын: «Тығылған көкөністі тап»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Сапқа қайта тұру 2. Тұтас топпен қайта тұру Қимылды ойын: «Кім жылдам жинайды?»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Тұтас топпен қайта тұру 3.1.5-2м қашықтықта допты домалату Қимылды ойын: «Алма жинайық, кәнеки!»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. 1.5-2м қашықтықта допты домалату 2.Биіктігі 40 см доғаның астынан еңбектеу Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар »</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Биіктігі 40 см доғаның астынан еңбектеу 2.Допты бір біріне беру Қимылды ойын: «Түлкі мен балапандар»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Допты бір біріне беру 2.Биіктігі 5-10 см зат арқылы жерде жатқан шеңберге секіру Қимылды ойын: «Қасқыр мен қоян»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Биіктігі 5-10 см зат арқылы жерде жатқан шеңберге секіру 2.Допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру Қимылды ойын: «Қапшықпен секіру»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1 Допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру 2.Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүру Қимылды ойын: «Допты кім қағып алады?»</p> <p>3. Дене шынықтыру «Дені саудың –жаны сау»- спорттық сайыс</p>

Ортаңғы топ , Желтоқсан айы 2021жыл
Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным!»

Мақсаты: Балалардың бойында отансүйгіштік сезімдерін қалыптастыра отырып, туған елін, жерін құрметтеуге тәрбиелеу; рухани-адамгершілік қасиеттерге баулу

Денсаулықты нығайтуға ықпал ете отырып, тілді игеру және коммуникативтік дағдыларын дамыту, қоршаған ортаның біртұтастығы туралы білімдерін жағымды мінез құлық негіздерін қалыптастыру.

Міндеттері:

- Дене жаттығуларына қызығушылықтарын арттыру негізінде балалардың салауатты өмір салты туралы түсініктерін жетілдіру;
- Қоршаған әлеммен өзара іс – қимыл жасау үшін қажетті танымдық әрекеттің қарапайым дағдыларын қалыптастыру;
- Көрнекі-қимылдық ойлау дағдыларын және музыкалық қабілеттерін дамыту;

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүру 2. Құм салынған қапшықты лақтыру Қимылды ойын: «Астана көшелеріндегі кедергілерден өт» 1. Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Құм салынған қапшықты лақтыру 2. Қапшық арасымен жүру Қимылды ойын: «Кім алысқа лақтырады?» 3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Қапшық арасымен жүру 2.Допты жоғары лақтырып қағып алу Қимылды ойын: «»Бәйтерекке» кім тез жетеді?»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Допты жоғары лақтырып қағып алу 2.40 см биіктіктегі доғаның астынан еңбектеу Қимылды ойын: «Чемпиондар» 2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. 40 см биіктіктегі доғаның астынан еңбектеу 2.Биіктігі 25 см еңіс тақтай бойымен жүру. Қимылды ойын: «Альпинистер» 3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 25 см еңіс тақтай бойымен жүру 2.Орындық аяқтары арасымен еңбектеу Қимылды ойын: «Ирек жолдар»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Орындық аяқтары арасымен еңбектеу 2. Тура бағытта 5 м арақашықтықта заттар арасымен еңбектеу Қимылды ойын: «Пирамидаға өрмелейік» 2.(негізгі қимылдар) 1.Тура бағытта 5 м арақашықтықта заттар арасымен еңбектеу 2.Биіктігі 15 см заттан тереңдікке секіру Қимылды ойын:«Ең биік жұлдызды ұста» 3.(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 15 см заттан тереңдікке секіру 2.Көлденең нысанаға лақтыру Қимылды ойын: «Астанаға тез жет»</p>	<p>Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Көлденең нысанаға лақтыру 2.Бір аяқтан бір аяққа секіру Қимылды ойын: «Жалаушаға қолымызды жеткізейік» 2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Бір аяқтан бір аяққа секіру 2. Биіктігі 30 см еңіс тақтай бойымен жүру Қимылды ойын: «Метро» 3.«Біз кішкентай спортшылармыз» - спорттық іс-шара</p>

**Ортаңғы топ 2022 жыл қаңтар айы
Өтпелі тақырып «Табиғат әлемі»**

Мақсаты: Балалардың тірі және өлі табиғат заттары мен құбылыстары, маусымдық өзгерістер, өсімдіктер, жануарлар, жәндіктер туралы білімдерін кеңейту. Тілді игеру және коммуникативтік дағдыларын қалыптастыра отырып, эстетикалық талғамдарын дамыту, қоршаған ортаға ұқыпты қарауға тәрбиелеу

Міндеттері:

- Балалар денсаулығын сақтау және нығайту шараларын жетілдіру;
- Қарым – қатынас мәдениетіне тәрбиелеу;
- Өзгенің еңбегіне құрметпен қарауға тәрбиелеу.

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Биіктігі 30 см еңіс тақтай бойымен жүру 2. Белгі бойынша тоқтап жүру Қимылды ойын: «Шырмауық»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Белгі бойынша тоқтап жүру 2. Орындықтан секіру Қимылды ойын: «Аралар мен гүлдер»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Орындықтан секіру (15 см биіктік) 2. Әр түрлі бағытта жүгіру. (10 м қашықтық) Қимылды ойын: «Гүлдерді терейік»</p>	<p>Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Әр түрлі бағытта жүгіру. (10 м қашықтық) 2.Үлкен допты екі қолмен арқаннан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта) Қимылды ойын: «Аңдардың жүрісін сал»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Үлкен допты екі қолмен арқаннан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта) 2.Жылдам қарқында жүгіру (10 метр) Қимылды ойын: «Ормандағы аңдар»</p> <p>3.(негізгі қимылдар) 1 Жылдам қарқында жүгіру (10 метр) 2.Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу Қимылды ойын: «Қу түлкі»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу. 2. Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге, аяқтар алшақ). Қимылды ойын: «Ұядағы құстар»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге, аяқтар алшақ) 2. Тереңдікке секіру (15-20 см биіктіктен) Қимылды ойын: «Мысық пен торғай»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Тереңдікке секіру (15-20 см биіктіктен) 2.Арқан бойымен жүру Қимылды ойын: «Қораздар шайқасы»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Арқан бойымен жүру 2. Әр түрлі бағыттарда қарқынды жүгіру. (10-20м) Қимылды ойын: «Қар лақтыру»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Әр түрлі бағыттарда қарқынды жүгіру. (10-20м) 2. Үлкен допты екі қолмен арқаннан өткізе лақтыру.(арақашықтық 1-1,5 м) Қимылды ойын: «Қар кесектерін жинайық»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Үлкен допты екі қолмен арқаннан өткізе лақтыру.(арақашықтық 1-1,5 м) 2.Еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу. Қимылды ойын: «Көңілді шаңғышылар»</p>

**Ортаңғы топ 2022 жыл Ақпан айы
Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»**

Мақсаты: Қоршаған ортамен өзара әрекет етуге қажетті танымдық әрекеттің қарапайым дағдыларына ие бала тұлғасын дамыту

Міндеттері:

- Дене жаттығуларын орындауда балалардың қимыл белсенділіктерін арттыру, күн тәртібіне сәйкес уақытылы таза ауада болуын қамтамасыз ету;
- Қоршаған ортаға жағымды көзқараста болуға тәрбиелеу.

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу. 2. Нық қадаммен алға қарай жүру. (20 м қашықтыққа) Қимылды ойын: «Күн мен түн»</p> <p>2.(негізгі қимылдар) 1. Нық қадаммен алға қарай жүру. (20 м қашықтыққа) 2.Доғаның астымен еңбектеу. (40 см биіктік) Қимылды ойын: «Өзен үстіндегі көпір»</p> <p>3.(негізгі қимылдар) 1. Доғаның астымен еңбектеу. (40 см биіктік) Алысқа лақтыру 3. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Қимылды ойын:«Ирелендеген соқпақ жол»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Бір аяқтан бір аяққа секіру. 2.Қарқынды жүгіру (50 секунд) Қимылды ойын: «Жолдағы кедергілер»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Қарқынды жүгіру (50 секунд) 2.Допты 1,5 м арақашықтықта тордан өткізе лақтыру Қимылды ойын: «Автомобильдер»</p> <p>3.(негізгі қимылдар) 1. Допты 1,5 м арақашықтықта тордан өткізе лақтыру 2.Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу Қимылды ойын: «Үлкен және кіші дөңгелектер</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1.Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу 2.Нық қадаммен алға жүріп, 20 см биіктіктен секіріп түсу. Қимылды ойын: «Поезд»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Нық қадаммен алға жүріп, 20 см биіктіктен секіріп түсу. 2. Баяу жүгіру (50 секунд) Қимылды ойын: «Фотоаппарат»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. . Баяу жүгіру (50 секунд) 2.Тақтай бойымен тепе-теңдік сақтап жүру. Қимылды ойын: «Роботтар»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Тақтай бойымен тепе-теңдік сақтап жүру. 2. Құм салынған қапшықты 2м арақашықтықта тура нысанаға лақтыру Қимылды ойын: «Сымсыз телефон»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Құм салынған қапшықты 2м арақашықтықта тура нысанаға лақтыру 2.Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу. Қимылды ойын: «Құрылысшылар»</p> <p>3.Эстафеталық ойын: «Біз спортшы боламыз!»</p>

Ортаңғы топ 2022 жыл Наурыз айы
Өтпелі тақырып «Салттар мен фольклор»

Мақсаты: Қазақстан Республикасында тұратын қазақ және өзге ұлт өкілдерінің салт-дәстүрлерімен таныстыра отырып, адамдарға мейірімді және сыйластық қатынас жасай білу дағдыларын дамыту Халық шығармашылығының туындыларына деген қызығушылықтарын ояту.

Міндеттері:

- дербес қимыл әрекеттеріне қызығушылықтарын арттыру;
- заттар мен олардың шамасын, түсін ажырату дағдыларын дамыту;
- балалардың ересектермен және құрбыларымен қарым-қатынас жасай білу дағдыларын жетілдіру;

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. 1. Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу</p> <p>2. 2. Арқан бойымен тепе-теңдік сақтап жүру</p> <p>Қимылды ойын: «Тақия тастамақ»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Арқан бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>2. Қысқа секіртпемен секіру</p> <p>Қимылды ойын: «Жаяу көкпар»</p> <p>3.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар).1. Қысқа секіртпемен секіру</p> <p>2. Үлкен допты екі қолмен лақтыру</p> <p>Қимылды ойын: «Байланған орамал»</p>	<p>1. Үлкен допты екі қолмен лақтыру</p> <p>2. Биікке сатылап көтерілу және түсу</p> <p>Қимылды ойын: «Бауырсаққа тез жетейік»</p> <p>2.(негізгі қимылдар)</p> <p>1.Биікке сатылап көтерілу және түсу</p> <p>2. Құм салынған қалтаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтыру.</p> <p>3Қимылды ойын: «Аюлар мен аралар»</p> <p>3.(негізгі қимылдар)</p> <p>1.Құм салынған қалтаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтыру</p> <p>2. 20 метр қашықтыққа әртүрлі бағытта қарқынды жүгіру</p> <p>Қимылды ойын: «Ұйқыдағы түлкі»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. 20 метр қашықтыққа әртүрлі бағытта қарқынды жүгіру</p> <p>2. Үлкен допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Асық ату»</p> <p>2.(негізгі қимылдар)</p> <p>1. Үлкен допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру</p> <p>2. Арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру</p> <p>Қимылды ойын: «Теңге алу»</p> <p>3.(негізгі қимылдар)</p> <p>1. Арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру</p> <p>2.Нық қадаммен алға және артқа жүру</p> <p>Қимылды ойын: «Арқан тарту»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Нық қадаммен алға және артқа жүру</p> <p>2. Допты тәрбиешіден 1-1.5м арақашықтықта лақтыру</p> <p>Қимылды ойын: «Гүлдерді баспай өтейік»</p> <p>2.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар)</p> <p>1. Допты тәрбиешіден 1-1.5м арақашықтықта лақтыру</p> <p>2.Еденге қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру;</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>2. «Құстар мен жаңбыр»</p> <p>3.Эстафеталық ойын: «Наурыз – жыл басы!»</p>

Ортаңғы топ 2022 Сәуір айы
Өтпелі тақырып «Біз еңбекқор баламыз»

Мақсаты: Апталық тақырыпшалар негізінде балалардың бойында қарапайым еңбек дағдыларын қалыптастыра отырып, еңбек сүйгіштікке, еңбек адамдарына құрмет сезімдерін білдіруге тәрбиелеу.

Міндеттері:

- Балалардың түрлі қимыл белсенділіктерін дамыта отырып, салауатты өмір салтының қарапайым ережелерін сақтауға үйрету;
- құрдастарымен тұрақты ойын бірлестіктерін құруына, айналасындағыларға жағымды мінез-құлықты және қайырымды қатынас жасауға үйрету;

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. Еденге қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру; 2. Орында тұрып қосарланып қос аяқпен секіру. Қимылды ойын:«Көбелектер»</p> <p>2.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1 Орында тұрып қосарланып қос аяқпен секіру. 2.Аяқпен алма -кезек секіру; Қимылды ойын: 2. «Әр себетке өз гүлдері»</p> <p>3.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. Аяқпен алма -кезек секіру; 2. Көлбеу тақтай үстімен жүру.(бір шеті 20см биіктікке көтерілген); Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. Көлбеу тақтай үстімен жүру(бір шеті 20см биіктікке көтерілген); 2. Жүру мен жүгіруді алмастыру Қимылды ойын: «Бидай орамыз»</p> <p>2.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. Жүру мен жүгіруді алмастыру 2. Білте таяқтың астынан өту (40 см) Қимылды ойын: «Алқапты айналып өтейік»</p> <p>3.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. Білте таяқтың астынан өту (40 см) 2. Адымдап жүріп,тізбекке тұру Қимылды ойын: «Қоймадағы тышқандар»</p>	<p>1. Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1.Адымдап жүріп, тізбекке тұру. 2. Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру(арақашықтығы 10м) Қимылды ойын: «Қоңыздар»</p> <p>2.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру(арақашықтығы 10м) 2. Алға қарай жылжи отырып, қос аяқпен жеңіл секіру Қимылды ойын: «Түкті аралар»</p> <p>3.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Алға қарай жылжи отырып, қос аяқпен жеңіл секіру (арақашықтығы 2м) 2. Көлбеу бөрене үстімен жүру. Қимылды ойын: «Жыландар»</p>	<p>1.Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Көлбеу бөрене үстімен жүру. 2. Тапсырмаларды орындай жүгіру. Қимылды ойын: «Жолдағы кедергілер»</p> <p>2.Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. Тапсырмаларды орындай жүгіру. 2. 2 метр ара қашықта лақтырған допты қағып алып, қайтадан допты лақтыру. Қимылды ойын: «Шеге қағамыз»</p> <p>3.Эстафеталық ойын: «Біз еңбекқор баламыз!»</p>

Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»

Мақсаты: «Денсаулық», «Қатынас», «Таным», «Шығармашылық» және «Әлеумет» білім беру салаларының мазмұндары бойынша балалардың даму көрсеткіштерін анықтау.

Міндеттері:

- Балалардың қимыл қозғалыс белсенділіктері мен денсаулық сапалары бойынша білім, білік, дағдыларын бекіту;
- Балалардың өзіндік шығармашылық тұрғыдағы жан-жақты даму дағдыларын бекіту;
- Қоршаған ортаға жағымды мінез құлық пен үлкендермен жағымды қарым –қатынас жасау дағдыларын бекіту.

Дене шынықтыру -3. 1- апта	2- апта	3 апта	4 – апта
<p>1. (Негізгі қимылдар) 1. 2 метр ара қашықта лақтырған допты қағып алып, қайтадан допты лақтыру. 2. Орындық аяқтарының астынан еңбектеу. Қимылды ойын: «Допты көршіңе бер» 2. Дене шынықтыру 1. Орындық аяқтарының астынан еңбектеу 2. Еденде жатқан шығыршықтан-шығыршыққа секіру. Қимылды ойын: «Кім мықты?» 3. Дене шынықтыру 1. Еденде жатқан шығыршықтан-шығыршыққа секіру. 2. Көлбеу бөрене үстімен жүру. Қимылды ойын: «Досыңмен бірге қамалды бұз»</p>	<p>1. (Негізгі қимылдар) 1. Көлбеу бөрене үстімен жүру. 2. Гимнастикалық орындық үстімен қолға зат ұстап жүру (биіктігі 30см, ені 20см) Қимылды ойын: «Нысанаға тигіз» 2. (Негізгі қимылдар) 1. Гимнастикалық орындық үстімен қолға зат ұстап жүру (биіктігі 30см, ені 20см) 2. «Аттардың» қимылын бейнелей отырып, қолды еркін қалыпта ұстап жәй, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру; Қимылды ойын: «Ирелендеген соқпақ жол» 3. (негізгі қимылдар) 1. «Аттардың» қимылын бейнелей отырып, қолды еркін қалыпта ұстап жәй, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру; 2. Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру Қимылды ойын: «Теңіздегі толқындар»</p>	<p>1. (негізгі қимылдар) 1. Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру 2. . Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру. Қимылды ойын: «Көбелек аулау» 2. (негізгі қимылдар) 1. Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру. 2. 20-30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу. Қимылды ойын: «Ойын алаңында» 3. (негізгі қимылдар) 1. 30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу. 2. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу Қимылды ойын: «Лақтар мен қошақандар»</p>	<p>1. (Негізгі қимылдар) 1. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу 2. 20-30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу. Қимылды ойын: «Мен спортшымын» 2. Дене шынықтыру (Негізгі қимылдар) 1. 20-30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу. 2. Қолды еденге тигізбей, доғаның астынан өту. Қимылды ойын: «Тунель арқылы өтейік» 3. Эстафеталық ойын: «Көңілді әуе шарлары»</p>