

«БЕКІТЕМІН»

ШҚО Білім басқармасы Тарбағатай ауданы бойынша білім бөлімінің

«Ақмектеп орта мектебі» КММ-нің директоры

Б.Амиргазин

2022 ж



Дене шынықтыру ұйымдастырылған қызметінің перспективалық жоспары

№	ҮК тақырыбы	Міндеттері:	Сағат саны	Күні
1	Спортзал	Допты алдыға, жоғары лақтырып, оны қайтадан қағып алуға үйрету. Заттарды аттап жүрген кезде дене бітімін дұрыс ұстап, тепе-теңдік сақтап жүруді үйретуді жалғастыру. Жүгіру барысында кол мен аяқты үйлестіріп бір тізбекпен жүгіру және жүруге жаттықтыру. Бір орындарында бұрылып секіре білу шеберліктерін (машықтарын) бекіту, екі аяқтарымен серпіліп секіре білу дағдыларын дамыту. Кеністікте бағдарлай білу және күш секілді дене қабілеттерін дамыту. Спортқа деген қызығушылықтарын дамыту және ұйымшылдыққа тәрбиелеу	1	2.04
2	Спортзалда ойнаймыз.	Орташа шапшаңдықпен жүгіруге және жүгіру барысында бірқалыпты тыныс алуға үйрету. Заттар арасымен екі аяқпен ирелеңдеп секіруге жаттықтыру, еденнен екі аяқпен ширақ итеріле білу дағдыларын қалыптастыруды жалғастыру. 2 метр арақашықтықта жүп болып тұрып, бір-біріне доп лақтыруға жаттықтыру. Бір бағытта лақтыра білу, лақтыру кезінде колдарын ширақ түзете алу шеберліктерін (машықтарын) жетілдіру. Еңгілік, шыдамдылық, төзімділік тәрізді дене қабілеттерін дамыту. Мейірімділікке, бауырмалдыққа тәрбиелеу	1	5.04
3	Денсаулықтың күшкері.	Допты ілгері бағытта оң аяқ және сол аяқ үстінің ішкі жағымен алып жүруге үйретуді жалғастыру. Қолдарын екі жаққа созып, басына қишық қойып, бөрененің үстімен тепе-теңдік сақтап жүріп өту біліктілігін қалыптастыруды жалғастыру. Бауырмалдықта кол мен аяқтың қимылын үйлестіре отырып жүгіруге жаттығу. Күштілікті, еңгілікті, төзімділікті дамыту. Спортпен шұғылданы, салауатты өмір салтына, өз денсаулығын бағалай білуге баулу	1	7.04
4	Күлкі сайла.	Қозғалыс барысында саяп түзеп жүру дағдыларын жетілдіруді жалғастыру, жүп болып жүру мен жүгіру кезінде өз қозғалыстарын келісіп жүруге үйрету. Орындық үстінде әр қолым басқан сайлап допты алдында, артында ұстап, динамикалық тепе-теңдіктерін сақтап жүруді үйрету (ені – 20 см, биіктігі – 30 см). Құрсаудан-құрсауға екі аяқпен секіруге жаттықтыру, әр секіру фазасында қозғалыстарының үйлесімділігін қалыптастыру. Допты екі қолмен жоғары лақтырып, оны қайтадан қағып алуға, допты лақтырып, шапалақ ұрғаннан кейін саусақтарын бүтін қағып алуға жаттықтыру. Бала ағзасын төзімді, мықты болуға шынықтыру, омыртқаның қисайып кету	1	9.04

		қауінің алдын алу. Мейірімділікке, арқашында көмекке дайын болуға, өзінің бойындағы теріс әдеттерден арыла білуге тәрбиелеу.		
5	Біз күшті және ержүректіміз.	а) Қозғалыс кезінде қайтадан сип құрып тізбекпен жүру және бағыттыңгертіп жүру дағдыларын жетілдіру. Заттар арасымен дөпті домалатып жүру барысында дөпті саусақ ұшымен жеңіл итеріп жүруге үйрету. Бір бүйірімен екі аяқпен арқаннан секіруге жаттықтыру және иірақ итерілу дағдыларын қалыптастыру. Дене бітімін дұрыс ұстап, тепе-теңдіктерін сақтап, орындық үстімен жүруді бекіту. Бұлшық ет қорсеті мен омыртқаның иілімділігін қалыптастыруға мүмкіндік жасау; стретчинг – омыртқаның қысаюның алдын алу. Салауатты өмір салтын сақтауға баулу.	1	12.09
6	Мен ойындағы жақсы көремін.	Дөпті бастан асыра бір-біріне лақтырып, оны екі қолмен қағып алуды үйрету, гимнастикалық орындық үстінде білегі мен тізесіне таянып еңбектеуді жетілдіру, орындық үстіндегі қимыл-қозғалыс жасай білу дағдыларын дамыту. Басына қапшық-қойып, арқан үстімен бір бүйірімен динамикалық тепе- теңдіктерін сақтап жүруге жаттықтыру, дене бітімін дұрыс ұстау дағдыларын қалыптастыру. Көністікте бағдарлай білу шеберліктерін (маншақтарын) дамыту, қозғалуы есте сақтау қабілеттерін дамыту.	1	14.09
7	Керуен (таза ауада)	Азия халықтарының ойындарын пайдалана отырып, бабалардың қимыл-қозғалыс тәжірибелерін толықтыру. Дұрыс бастапқы қалыпта тұрып, көлбеу қойылған нысанға ұсақ заттарды лақтыруға үйрету. Бір аяқпен әртүрлі бағытта секірулерін, бүкіл табанмен жерге түспеу дағдыларын, табанның алдыңғы бөлігімен итеріп секіруді жетілдіру. «Өкшемен отырып» бастапқы қалыпмен көлбеу қойылған нысанға ұсақ заттарды (тастарды) лақтыру дағдыларын бекіту. Елтілік, көзбен мөлшерлей алу, қолайсыз жағдайларда (айғай-шу) назарларын тек орындайтын іс-әрекетіне сала білу сияқты қабілеттерін дамыту. Ұлттық ойындарға деген қызығушылықтарын арттыру, коммуникативтік құзыреттіліктерін дамыту, мейірімділік пен ұлттар арасындағы достыққа тәрбиелеу.	1	16.09
8	Бадминтон, футбол.	Өз бетінше қозғалыс белсенділігін дамытуға жағдай жасау, күнделікті қимыл-қозғалыстың қажеттігін қалыптастыру. Балаларды бадминтон ойынымен таныстыру, қимыл-қозғалыс дұрыстығының кепілі болатын бастапқы қалыпқа дұрыс тұруды үйрету, қимыл түзетуін күшейту. Алшақ, қысқа адымдап жүтіруге, жүтіріс кезінде қол мен аяқтарының қимылын үйлестіре білуге жаттығу. Көністікті бағдарлауды, төзімділікті, реакция шапшаңдығын, көз мөлшері мен спорттық жабдықтарды қолданғанда зейінін шоғырландыра білуді дамыту. Спорттық іс-әрекеттерге деген қызығушылығы мен олардың денсаулық үшін маңыздылығын саналы түсіну, ұйымдасқандық, мақсаттарына жете білу қасиеттерін қалыптастыру.	1	18.09
9	Күшті орманда.	Бөрене үстінде еңбектеу барысында қол мен аяқтарын үйлестіріп қозғалуға үйрету; 2 метр арқашықтықта бір-біріне дөп лақтыру шеберліктерін (маншақтарын) бекіту, дөптің ұшу бағытын бақылап, ұшып келе жатқан дөпті	1	21.09

		қолды бүгін қағып алуға үйрету. Модульдер үстімен (із салынған парақтар, арқан т.б.) тепе-теңдік сақтап жүруге жаттықтыруды жалғастыру. Елтілік, көзбен мөлшерлей алу, ерекше заттармен (құралдармен) орындалатын жаттығуларда назарларын тек орындайтын іс-әрекетіне сала білу сияқты қабілеттерін дамытуды жалғастыру. Қозғалыс мәнерлілігін, ырғақтылығын дамыту; азаматтық және экологиялық мәдениеттіліктерін қалыптастыруға мүмкіндік жасау.		
10-11	Ұлттық ойындар (тапа ауала)	Дұрыс бастапқы қалыпта тұрып, көзбеу қойылған нысанға ұсақ заттарды лақтыруға үйрету. Бір аяқпен әртүрлі бағытта секірулерін, бүкіл табанмен жерге түспеу дағдыларын, табанның алдыңғы бөлігімен итеріп секіруді жетілдіру. «Өкшемен отырып» бастапқы қалпы бойынша көзбеу қойылған нысанға ұсақ заттарды (тастарды) лақтыру дағдыларын бекіту. Елтілік, көзбен мөлшерлей алу, қолайсыз жағдайларда (айғай-шу) назарларын тек орындайтын іс-әрекетіне сала білу сияқты қабілеттерін дамыту. Ұлттық ойындарға деген қызығушылықтарын арттыру, коммуникативтік құзіреттіліктерін дамыту, мейірімділік пен ұлттар арасындағы достыққа тәрбиелеу.	2	25.09
12	Қалай спортшы болуға болады?	Екініңмен жүгіріп келіп, 25 см биіктікте ілінген затқа қолын жоғары көтеріп секіріп тигізуге үйрету; аяқтың итерілу күші мен қолды сермеу қимыл- қозғалыстарын жетілдіру. Үзіліссіз баяу жүгіру, тізелерін жоғары көтеріп жүру дағдыларын қалыптастыруды жалғастыру. Алақан мен тізеге таянып, гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді жетілдіру. Сапты бұзбай және бағыттарын сақтап, қайта сап түзеп жүруге жаттықтыру. Елтілік, өз-өзін бақылай алу дағдыларын дамыту; спортқа деген ынталарын, салауатты өмір сүруге деген жақсы әдеттерін тәрбиелеу.	1	25.09
13	Менің сүйікті жануарларым.	Өзін айнала бұрылып секіруге үйрету (аса жоғары емес). Аяқтарын бүгін, екі аяқ ұшымен еденнен (жерден) итеріле білу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Әртүрлі бағыт және қарқынмен қолды қадамдарымен үйлестіре қозғал жүгірулерін жетілдіру. Гимнастикалық орындық үстінде алақан мен табанның көмегімен төртаяннан еңбектеуге жаттықтыруды жалғастыру; талдан ойлау, қабылдау, үйлесімді қозғалу қабілеттері және жалпы шыдамдылық секілді дене сапаларын дамыту. Экологиялық мәдениетке, ұйымшылдыққа, психологиялық жайсыздық тудыратын мінез-құлықтарын тәрбиелеу.	1	25.09
14	Дене қабілеттерін дамыту.	Беті сүргіленген бөрененің үстімен оң-сол жапана қарай қарындап жүріп отуда тепе-теңдік сақтауға үйрету түсу – дене бітімі ақауларының алдын алу. Бір-бірден тізбекпен жүгіру кезінде аяқтары мен қолдарының қимылын үйлестіруге жаттығу. Жүгіріп келіп, жерден екі аяқпен бірдей итеріліп екініңмен биіктікке секіруді бекіту. Кеңістікті бағдарлау, күштілікті дамыту. Спортқа құлшынысын жалғастыру. Ұйымшылдыққа, өз бетімен әрекет ете алуға тәрбиелеу.	1	25.09

15-16	Доппен ойнал, көңіліңді көтер!	Допты жоғары лақтырып, еденге түсіп, қайтадан ыршыған допты екі қолмен қағып алуды үйретуді жалғастыру, саусақтарды ашып, допты қағып алу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. 5 метр арақашықтыққа допты басып итеріп, түзу бағытта енбектеп жүруге жаттықтыруды жалғастыру, кеңістік пен ондағы заттарды бағдарлай білу дағдыларын дамыту. Қолды әртүрлі қалыпта қозғалтып секіруге жаттықтыруды жалғастыру. Қол мен аяқты үйлесімді қозғай білу шеберліктерін (машықтарын) жетілдіру, қол бұлшық еттерін, шыдамдылық пен етпеліліктерін дамыту. Қолдың қору қабілетінің бұзылуының алдын алу. Өмірге деген жағымды қозғалыстарын қалыптастыру, өзін қоғам мен балалар ұжымының маңызды бір бөлігі екенін сезіндіру.	2	5.10.
17	Біз әр түрліміз.	Жерде созылып жатқан арқан үстінде бір бүйірмен динамикалық теңе-теңдікті сақтап жүруге үйретуді жалғастыру. Бір қатарға қойылған заттар арасымен доптарды домалатып алып жүру дағдыларын бекіту. Саусақтарымен допты ширақ домалату шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Гимнастикалық орындақ үстімен етпетінен жатып енбектеуге жаттықтыруларын жалғастыру, қолдарын ширақ бүгін, денесімен тартылу, етпелілік, төтімділік секілді дене сапаларын және қол бұлшық еттерін дамыту. Бір-бірімен жылы қарым-қатынас жасай білуге тәрбиелеу.	1	5.10.
18-19	Зейінді боламыз.	Өздерінің зейіндерін шоғырландыра алу шеберліктерін (машықтарын) қалыптастыруды, қызық-қозғалыс үйлесімділіктерін дамытуды және анализатор жүйелерін біріктіруді қалыптастыруды жалғастыру. Екі жаққа тартылған жіптің астымен қолды еденге төгізбей бір бүйірмен өту шеберліктерін (машықтарын) жетілдіру. Допты бастан асыра ұстап, екі қолмен бір-біріне лақтыруға жаттықтыру, допты ашылған саусақтарымен қағып алу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Педагогтің түсіндірмесін зейін қойып тыңдай білу және жаттығуды көрсетуін мұқият қаулап, еске сақтап алу қабілеттерін дамыту. Басқа балалармен бірге жаттығуды қалмай жасауға дағдыландыру. Ұйымшыл және жинақы болуға тәрбиелеу.	2	5.10.
20	Бірінші бол!	Қолды еркін қозғап, жүргізуші мен бағытты өзгертіп, бау қарқынмен жүгіруді үйрету. Қысқа секіртпемен секіруге үйретуді жалғастыру, қолдарымен секіртпені шеңбер бойымен және тік айналдыра білу іскерліктерін дамыту. Зал кеңістігін бағдарлап, сапқа және сапқа қайта тұруға жаттықтыруды жалғастыру. Биік заттың үстінде статикалық теңе-теңдіктерін сақтай білу шеберліктерін (машықтарын) жетілдіру. Шапшаңдық, етпелілік, тәртіптілік, жинақылық секілді дене сапаларын дамыту. Қосбасы болуға, өзін-өзі бағалай білуге тәрбиелеу.	1	10.10.
21-22	Командалық эстафеталар (та за ауаза)	Тізбекпен жүру, жүгіруге, құрсаудан-құрсауға өтуге жаттықтыру. Қозғалыс кезіндегі қол мен аяқтың қимылдарын жалғастыру. Бір орындан ұымдылыққа	2	12.10.

		секіруді бекіту. Ептілікті, жерден екі аяқпен бірдей итеріліп секіруді, күштілікті дамыту. Жаттығуларды уақытқа сыдырып, кеністікті дұрыс болжай отырып, дұрыс әрі тиімді орындай білуді жалғастыру. Өз денсаулығын сақтау құндылығын арттыру мен спортпен шұғылдануға қызығушықты қалыптастыру. Салауаттылыққа, коммуникативтік құзыреттілікке тәрбиелеу.		
23	Ерекше сабақтар.	Бағытты өзгертіп, бау қарқымен жүгіруге үйретуді жалғастыру, қолдарын еркін, үйлесімді қозғап, ыргакпен, қарқынды баулаптай жүгіре білу іскерліктеін дамыту. Белгіленген жерден шұқырға секіруге үйрету. Табаңдарын белсенді түрде жоюға үйрету, көзімен мөлшерлей білу қабілеттерін дамыту. Зал кеністігін бағдарлап, сапқа және сапқа қайта тұруға жаттықтыруды жетілдіру. Дөңгі жоғары лақтырып, қолды шапалақтап, дөңгі қағып алу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Коммуникативті құзыреттіліктерін, ептілік және шапшаңдықтарын дамыту. Шапшаңдық, ептілік, тәртіптілік, жинақылық секілді дене сапаларын дамыту.	1	14.10.
24	Агробат болғым келеді.	Өздерінің зейіндерін шоғырландыра алу шеберліктерін (машықтарын) қалыптастыруды, қиын-қозғалыс үйлесімділіктерін дамытуды және анализатор жүйелерін біріктіруді қалыптастыруды жалғастыру. Өргүрлі жүру түрлерімен жүруге үйретуді жалғастыру (аяқты айкастырып жүру, отырып және жартылай отырып жүру, артпен жүру – 4 метр), ыргакпен қозғалу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Белгіленген жерден шұқырға секіруді үйретуді жалғастыру, табаңдарын иіп, жерге түскен кезде тепе-теңдік сақтай білу және көзбен мөлшерлей білу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Еденнен 50 см биіктікке көтеріп, қолбеу қойылған саты тешкішектерімен еңбектеп жүруге жаттықтыру, қол мен аяқ қозғалыстарының үйлесімділігін жетілдіру. Гимнастикалық орындық үстінде басқа құм салынған қашық (салмағы – 400 г) қойып жүру шеберліктерін (машықтарын) бекіту. Шапшаңдық, ептілік, тәртіптілік, жинақылық секілді дене сапаларын дамыту. Салауатты өмір сүруге баулу. Өздерінің денсаулықтарына қамқорлықпен қарауға дағдыландыру.	1	15.10.
25-26	Ақылшылар.	Эстафета элементтерін пайдаланып, қиын-қозғалыс тәжірибелерін толықтыру, бұйрық бойынша тапсырмаларды орындау шеберліктерін (машықтарын) қалыптастыру, өзінің жеке қызығушылықтарын команда қызығушылықтарына бағындыру. Еденнен 50 см биіктікке көтеріп, қолбеу қойылған саты тешкішектерімен еңбектеп жүруге жаттықтыру, қол мен аяқ қозғалыстарының үйлесімділігін жетілдіру. Сапқа, тізбекке, шеңберге (оң-сол, алды-арты) қайта тұруға жаттықтыру. Заттардың арасымен	2	19.10.

		фитболды саусақпен жеңіл қозғалту шеберліктерін (машықтарын) бекіту. Ұжымшылыққа, қыздарды сыйлауға тәрбиелеу		
27	Бізбен бірге және бізден артық орында.	Баланың қимыл-қозғалыс жүйесінің дамуына жағдай жасау. Өртүрлі жүру түрлерімен жүруге үйретуді жалғастыру (аяқты айқастырып жүру, отырып және жартылай отырып жүру, артпен жүру – 4 метр), ыргакпен қозғалу шеберліктерін (машықтарын) дамыту.Малдас құрып отырып, бір-біріне допты бастан асыра лақтыруға және допты саусақтарын ашқан күйде қағып алуға үйрету. Бір бүйірмен арқаннан екі аяқпен секіруге жаттықтыру.Күш, ептілік секілді дене сапаларын және коммуникативтік құзыреттіліктерін дамыту. Ұжым болып бірлесіп тапсырмаларды орындауға және мейірімділік пен тәртіптілікке тәрбиелеу	1	28.10.
28	Біз – болашақ аскерміз!	Өртүрлі қимылдар тізбегін орындау дағдыларын дамыту.Бір-бірімен қозғалыс кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, тізбекпен жүру, жүгіруді жалғастыру. Жерден екі аяқпен бірдей итерілуге жаттыға түсу, ұзындыққа секіруді бекіту.Көзсіздікті бағдарлау дағдыларын, еп денсаулығын сақтау қиындығын арттырып, спортпен шұғылдануға қызығушықты қалыптастыру. Салауаттылыққа, коммуникативтік құзыреттілікке, отансүйгіштікке, азаматтыққа тәрбиелеу	1	24.10.
29	Біздің стадион.	Өртүрлі жүру түрлерімен жүруге үйретуді жалғастыру (аяқты айқастырып жүру, отырып және жартылай отырып жүру, артпен жүру – 4 метр), қолдарының үйлесімді ыргакпен қозғалу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. ә) Малдас құрып отырып, бір-біріне допты бастан асыра лақтыруға және допты саусақтарын ашқан күйде қағып алуға үйрету. 25 см биіктікте ілініп тұрған затқа екпінмен жүгіріп келіп секіріп, қолын жеткізуді бекіту. Гимнастикалық орындақ үстінде алақан мен табанына таянып еңбектеуді жаттықтыруды жалғастыру. Шапшаңдық секілді дене сапасын дамыту және кез келген іс-әрекетті аяққа салып, талдап шешіп білулерін дамыту. Спортқа деген сүйіспеншіліктерін арттыру, азаматтық қасиеттерін тәрбиелеу	1	26.10.
30	Менің отбасым.	Допты сақта тұрып кесуіе тұсынан алысқа лақтыруға үйрету, күш секілді дене сапасын дамыту. Өртүрлі жүру түрлерінің дұрыс техникасын үйретуді жалғастыру. Сапқа қайта тұруды уақытқа мөлшерлен тұру дағдыларын жетілдіру. Биік заттар үстінде заттарды аттап жүру барысында дене бітімін түзу ұстап және тепе-теңдік сақтап жүру шеберліктерін (машықтарын) бекіту. Бір-бірінен 50 см арақашықтықта жатқан қамшылар арқылы екі аяқпен секіруге жаттықтыру. Басқа балалармен бірге жаттығуды қалмай жасауға дағдыландыру. Ұжымшыл және жинақы болуға тәрбиелеу. Бойларындағы қасиеттерін өздері жетілдіруге деген талпыныстарын	1	28.10.

		дамыту		
31	Менің үйім	Допты сента тұрып кеуде тұсынан алысқа лақтыруға жаттықтыруды жалғастыру, допты алдыға, жоғары лақтыра білу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Өртүрлі жүгіру түрлерінің дұрыс техникасын үйретуді жалғастыру. Залдың ортасы арқылы сапқа қайта тұру дағдыларын жетілдіру. Гимнастикалық орындаық үстінде тапсырмаларды орындап жүру дағдыларын бекіту. Бір-бірінен 50 см арақашықта жатқан таяқтардан бір бүйірмен секіруге жаттықтыру, сапқа бойынша табандарын ширақ кіп, серпілу дағдыларын қалыптастыру. Басқа балалармен бірге жаттығуды қалмай жасауға дағдылайдыру. Ұйымшыл және жинақы болуға тәрбиелеу. Отбасына, өзіне деген жылы қарым-қатынасқа тәрбиелеу		31.10.
32	Күшті, батыл және үлкен боламын!	Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету, қолды айналдырып алдымен төмен түсіріп, соған соң көтеріп, түзу ұстап артқа жіберіп барып лақтыру шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Бау қарқынмен жүгіруге үйрету, қозғалыс қарқынын сақтап жүгіру және аяқты өкшеден аяқтың ұшына қарай басып жүгіру дағдыларын бекіту. Заттар арасымен алақан мен тізеге таянып сибектей алу шеберліктерін (машықтарын) бекіту. Шұңқырға секіру жаттығуларын орындату: орындақтан аяқты жартылай бүтін секіре білу және тепе-теңдік сақтай білу шеберліктерін (машықтарын) бекіту. Тапсырманы өз бетімен орындауға баулу және шадамдылық, ептілік, күш секілді дене сапаларын дамыту. Өзінің денсаулығына қамқорлықпен қарау керектігін түсіндіру. Ептілік, шапшаңдық секілді дене сапаларын дамыту	1	4.11.
33	Командалық қимыл-қозғалыс-тарды орындау білетілігін қалыптастыру (таза ауада)	Командалық қимыл-әрекеттерді орындай отырып есте сақтау мен зейінін жақсартуына жағдай жасау. Лек-легімен келіп, қолергілер алыбынан өтуге, өз әрекеттерін командасымен үйлестіруге үйрету. Бір-бірден қозғалыс кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, тізбекпен жүру, жүгіруге жаттығу. Өртүрлі бастапқы қалыптап бір орында тұрып қолдардан қимылдарымен үйлестіріп секіруді, секіргенде бірқалыпты, аздап тізекті бүге орындауды бекіту. б) Салауаттылыққа, коммуникативтік құзыреттілікке, мәселені шешу, ол үшін сынып ойлау, команда мүддесін өзінен жоғары қоя білуге тәрбиелеу	1	9.11.
34	Мерген болғым келеді	Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету, қолды айналдырып алдымен төмен түсіріп, соған соң көтеріп, түзу ұстап артқа жіберіп барып лақтыру шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Бау қарқынмен жүгіруге үйрету, қозғалыс қарқынын сақтап жүгіру және аяқты өкшеден аяқтың ұшына қарай басып жүгіру дағдыларын бекіту. Жүгіру	1	11.11.

		барысында колдары мен аяқтарын бос ұстап жүтіруге баулу. Еденде иректеліп жатқан жіп үстімен басына құм салынған қапшықпен қолды екі жаққа созып, тепе-теңдік сақтап және адемі жүруді бекіту. Қозғалыс кезінде тапқырлық таныта білу шеберліктерін (машықтарын) қалыптастыру, мейірімді, тез тіл табысқан болуға тәрбиелеу.		
35-36	Әкем, анам және мен!	Гимнастикалық қабырғаның жоғарғы жағына дейін бірағас тәсілмен өрмелеуге үйрету, қол мен аяқ қозғалыстарының үйлесімділігін дамыту. Еденде ирек еліп жатқан жіп үстімен басына құм салынған қапшықпен қолды екі жаққа созып жүру және теріс қарай, тепе-теңдіктерін сақтап жүруге жаттықтыру. а) Бір-бірінен 1 м арақашықтықта жатқан заттар арқылы фиғболды саусақтарымен домалатып алып жүруді бекіту. Тапсырманы өз бетімен орындауға баулу және шыдамдылық, етгілік, күш секілді дене сапаларын дамыту. б) Өзінің денсаулығына және отбасы мүшелерінің денсаулығына қамқорлықпен қарау керектігін түсіндіру. Етгілік, шапшаңдық секілді дене сапаларын дамыту.	2	ж 14.11.
37	Отбасымызбен бірге жаттығамыз	Қысқа секіртпемен секіруге үйретуді жалғастыру, қол мен аяқты қозғау (айналдыра және тік, адымдарды алмастырып секіру) үйлесімділігін жетілдіру. Дөпты жоғары лақтырып, қолды артқа жіберіп шалалақтап, дөпты саусақтарын ашып, қайтадан қағып алуға жаттықтыру. Тапсырманы өз бетімен орындауға баулу және шыдамдылық, етгілік, күш секілді дене сапаларын дамыту. б) Өзінің денсаулығына және отбасы мүшелерінің денсаулығына қамқорлықпен қарау керектігін түсіндіру. Етгілік, шапшаңдық секілді дене сапаларын дамыту. Отбасы мүшелерімен бірге салауатты өмір салтына баулу.	1	ж 18.11.
38	Отбасымыз аябым	Дөпты оң және сол қолдан саусақ ұштарымен еденге бізекпен ұруға үйрету. Гимнастикалық қабырғаның жоғарғы жағына дейін бірағас тәсілмен өрмелеуге үйрету, қол мен аяқ қозғалыстарының үйлесімділігін дамыту. а) Бір құрсаудан екінші құрсауға бір және екі аяқпен секірулерін жетілдіру. Етгілік, шапшаңдық секілді дене сапаларын дамыту. Жинарланған бұлшық еттерін босанғыту мен психологиялық көңіл күйлерін көтере білу қабілеттерін дамыту. Еңбекқорлыққа, айналы, тәртіпті болуға және алға ұмтылуға тәрбиелеу.	1	ж 19.11.
39	Хоккей ойып үйренеміз/таппа ойнай	Бапшаларды хоккей ойынымен таныстыру, қозғалысқа дұрыс бастама берілетін бастапқы қалыпқа дұрыс тұруды үйрету. Шайбаны ілгері бағытта алып жүруге үйрету. Жүппен қозғалу, қозғалыс кезінде аяқ-қолдың қимылдарын үйлестіруге, жұмысқатын күш-қуатты дұрыс мөлшерлеу, бауді үйрету. Қозғалыстағы тапқырлық, көзмөлшері, спорттық жабықтарды қолдануда зейінін шоғырландырып, тұрақсындыруды дамыта түсу. Интеллектуалдық және математикалық мүмкіндіктерін арттыруға жағдай жасау. Спортқа қызығушылығын қалыптастыру. Ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	1	ж 21.11.

40	Тату-татуи бадамси/и	Балалар арасындагы достук карым-катнашты орнатууга және үзөмөнчө ұйымшал болууна жагдай жасау. Дотты оң және сол колмен еденге кезектен үруды жаттыктырууга жалгастыруу. Гимнастикалык кабырганын жогаргы жагына дейин биратас тасилмен ормелеуге үйрөтү, кол мен аяк козгалыстарынын үйлесимдiligin дамыту. Арканыштыгы 70 см заттардын арасымен оң және сол аякпен кезектен секируді жетилдирү. Козгалыс үйлесимдiligin дамыту, козгалыс кезиксе танкырлык таныта билу шеберликтерин (машыктарын) калыптастыруу. Төнімдiligкке, ұйымшалдыкка тәрбиелеу. Оң пікірін айтып, онын дрыстыгын дәлелдей билу және пікірінің дрыстыгын мойндай билу шеберликтерин (машыктарын) калыптастыруу	1	23.11
41-42	Менің кыялді добман	Доппен орындалатын жаттыгулардын маңызды туралы түсініктерин толуктыру және жалпы козгалыстар туралы танымдык көзкарастарын дамыту. Түзу жүрүн, дотты бір колмен согып жүруге үйрөтү. Доппен орындалатын козгалыс түрлеріндегі іскерліктерді дамыту. Екі тізенін ортасына дотты кысып, екі аякпен секірүзөрин жетилдирү. Козга дотты ұстап, арканын астымен түрлі тасилдермен өтуге жаттыктыру. Төнімдiligкке, ұйымшалдыкка тәрбиелеу. Козгалыс кезиксе танкырлык таныта билу шеберликтерин (машыктарын) калыптастыруу. Команда болып тансырмаларды орындауга баулу, мейірімдiligкке тәрбиелеу.	2	25.11 29.11
43	Аяада ойнайтын ойындар/ (тиза ауада).	Баланы сезіну (сенсорны) үдерістері аркылы және кымыл-козгалыстарын үзөмі толуктырып отырып дамытуга жагдай жасау. Түзу жүрүн, дотты бір колмен согып жүруге жаттыктыруды жалгастыруу, дотты соға билу шеберликтерин (машыктарын) бекіту. а) Айынып тұрган арканын астымен түрлі тасилмен жүгірүн өтуге жаттыктыруу. Айынып тұрган аркан астымен шапшып өтіп кету сапасын дамыту. Баланын денсаулыгын шыаайтуга арканын жұмыстарды жалгастыруу. Баланын алуеметтік құзыреттілігін калыптастыруу және адамгершілікке тәрбиелеу. Ұлттык ойындарга деген сүйіспеншіліктерин арттыру, төнімдiligкке, күш, шапшындык секілді дене сапаларын дамыту	1	30.11
44	Асыкпен ойналатын ойындар/	Малдас құрып отырып, ұсақ заттарды (асыктарды) лактырып, оны кайтадан кагып алуға үйрөтү. Гимнастикалык орындак үстіңде асыктарды алымда, артында ұстап, тепе-теңдік сактап жүру. Малдас құрып отырып, ұсақ заттарды (асыктарды) лактырып, оны кайтадан кагып алуды бекіту. Козмөлшерлеуін, ептілік, төнімдiligкке секілді дене сапаларын дамыту. Түрлі жагдайларда (шу) зейндерін шоғырландырып, тапсырманы дрыс орындай билу шеберликтерин (машыктарын) дамыту. Асыкпен орындалатын ойындарга деген кымылушалыктарын арттыру.	1	2.12
45-46	Халкел ойынымыз/ (тиза ауада)	Кымыл әрекеттің дрыс басталуынан көпілі болатын бастапкы калыпк дрыс алуға, шайбаны ілгері багытта ұшыруға үйрөтү. Жұпта касына карай аттау аркылы козгала отырып заттарды орнынан баска жерге апаруға, кол мен аяктын кымылдарын үйлестіруге, түсетін күшті мөлшерлен билуге жаттыктыруу. Кымыл козгалыс танкырлыгын, кымылшері мен спорттык құрал-жабдыктарын қолданғанда зейінін шоғырландырып, тұрақтандыруын дамытуды жалгастыруу.	2	5.12 8.12
47	Коруен	3 м арканыштыгы кыбеу қойылған нысанға заттарды лактыруға үйрөтү. Әртүрлі багытта бір аякпен секіре билу	1	8.12

		шеберліктерін (машықтарын) жетілдіру, табанын алдыңғы жағымен танып ітерісулерін бекіту. Өшімен отырып, ұсақ заттарды (тастарды) лақтырып, оны қайтадан қағып алу шеберліктерін (машықтарын) бекіту. Козмолирлеуін, еттілік, төзімділік секілді дене сапаларын дамыту. Түрлі жағдайларда (шу) зейіндерін шоғырландырып, тапсырманы дұрыс орындай білу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Ұлттық ойындарға деген қызығушылықтарын ояту.		
48-49	Исурезым қорылы	Баланың кінестикалық (қору мен тыңдау арқасы қабылдауы) қабілеттерін дамыту. 2.5 м арақашықтықта бір-біріне доп лақтырып, доптың ұшуын бақылауға, ұшып келе жатқан допты қолды бүккен күйде қағып алуға үйрету. Бірінші үстінде төртбұрышпен еңбектеуге үйретуді жалғастыру, қол мен аяқты үйлестіріп қозғай білу шеберліктерін (машықтарын) дамыту. Із салынған суреттің үстін басып жүруге жаттықтыруды жалғастыру. Баланың денсаулығын нығайтуға арналған жұмыстарды жалғастыру. Баланың адеуметтік құдіреттілігін қалыптастыру және адамгершілікке, экологиялық мәдениеттілікке тәрбиелеу.	2	11.12. 12.12. 14.12.
50	Ержүрек құмырсқалар	Насты қимыл-қозғалыс жасай білу қабілеттерін қалыптастыруды жалғастыру, аналитікор орталықтарын белсендіруге мүмкіндік жасау. Гимнастикалық қабырғада әртүрлі тәсілмен өрмелеу. Бір орында тұрып биіктікке түрлі тәсілдермен секіруге (30 см) үйрету. Гимнастикалық қабырғада әртүрлі тәсілмен өрмелеуге жаттықтыру. Заттар арасымен (томаршалар) және заттарды аттап жүру және жүгіруді жалғастыру, жерде созылып жатқан арқан үстімен басқа зат қойып, тепе-теңдік сақтап жүруге жаттықтыру. Бір-біріне көмекке келуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	1	16.12.
51-52	Мұнарфитандер алемі	Гимнастикалық қабырғаның бір сатысынан екінші сатысына диагональ бойымен адымдап өтуге, өрмелеуге және түсуге үйрету, қол мен аяқты үйлестіріп қозғау шеберліктерін (машықтарын) жетілдіру (тіркемелі адыммен адымдау, саты тепкішектерін қолмен ұстап) Екі жақтан бір-біріне қарама-қарсы келіп, орындық ортасынан кері бұрылып қайтуды бекіту. Шұңқырға секіру: 30 см биік заттың үстінен белгіленген жерге дәл секіріп түсулерін бекіту. Зейіндерін, ақыл-ойларын және тапсырманы өз бетімен орындай алу қабілеттерін дамыту. Өмірге, қоршаған ортаға деген жағымды көзқарастарын қалыптастыру, айналада және өзін қоршаған адамдарға қайырымды болуға тәрбиелеу.	2	18.12. 21.12.
53	Шаңымен жүру» (маза ауада)	Балаларды шаңымен жүрумен таныстыру, қозғалысқа дұрыс бастама болатын бастапқы қалыпта дұрыс келуді үйрету. Дене қимыл жауыгуларын төзімділік пен жаттықандықты арттыру үшін біртіндеп көбейте отырып орындауға дағдыландыру. Көңілді бағдарлау, төзімділік, реакция шапшаңдығын дамыту. Спортпен шұғылдануға қызығушылығын қалыптастыру, қойған мақсатына жете білу мен ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Өз бетінше қозғалыс белсенділігін дамыту, күшділікті қимыл қозғалыс қажеттілігін, салауатты өмір салтында қимыл-қозғалыстың маңызын саналы түсінуін қалыптастыру.	1	23.12.
54	Бірім аймақанезімдем алем	Гимнастикалық қабырғаның бір сатысынан екінші сатысына диагональ бойымен адымдап өтуге, өрмелеуге жаттықтыруды жалғастыру, қол мен аяқ қозғалысын үйлесімді қозғау қабілеттерін жетілдіру. Шапшақтығын бүйіп, қысқа адыммен және бірқалыпты ырғақпен жүгіру шеберліктерін (машықтарын) жетілдіру. Еркін бағытта	1	26.12.

		б) Өз бетінше қолғалыс белсенділігін дамыту, күнделікті қимыл қолғалыс қажеттілігін, салмақты өмір салтында қимыл-қозғалыстың маңызын саналы түсінуін қалыптастыру.		
59	Ғарымоқа саяхат	Сапты бұзбай бірінші-екінші деп саналуға үйрету. Бір қолмен допты еденге соғуды үйретуді жалғастыру, допты алқонды ашып қағып алу, кеуделен саусастардың басымен итеріп дақтыру және аяқтың қасында еденге қырылдап бір қолмен соғуға дағдыландыру. Жүріп келе жатып биіктігі 20 см өртүрлі 6 заттан рет-ретімен секіріп өтуді, шапшаң сермен дақтыру, секіргенде жартылай бүгілген аяқпен жұмсақ түсуді бекіту. Модульдерден асып шығарып, тізерлеп, еңбектен жүруге жаттығу. Балалардың байқағыштығын, көкыл, үйлесімді қимылдау қабілеттерін, жалпы төзімділігі мен икемділігін, буындарының майысқақтығын дамыту. Өзіне, өзгелерге, қоршаған ортаға деген қамқорлық, батылдық пен тәртіптілік туралы түсініктерін кеңейту.	1	28.12.
60	«Жыл мезгілдеріне сәйкес» (тақта ауада)	Зейінді шоғырландыра білу дағдыларын қалыптастыру, талдау мен біріктіру жүйелерін үйлестіре білуін дамытуға жағдай жасау. Қар қосегін көзденен нысанға дақтыруды үйрету. Қолды жоғары, алға белсенді шығара отырып, айналдыра қимылдау арқылы сермен дақтыруға дағдыландыру. Жалғыз аяқпен секіріп, екінші аяқпен допты теуіп жүргізуді, табаның алдыңғы жағына күш салып серпіліп көтеріле білуді жалғастыру. Қысқа секіртпелен секіру дағдыларын бекіту. Қол білезігінің айналып қозғалуын және аяқты тігінен қозғалтуды дамыту. Түрлі заттардың арасынан кедергілер арқылы өтіп, жүгіруді дамыту. Жүгірудегі адымды талдау, дифференциалауды қалыптастыру. Елтілік, күштілік, төзімділік, зейінді шоғырландыру дағдыларын дамыту. Патриоттық, қоршаған ортаға деген қамқорлық пен өзің сыйлап қорғауға баулу.	1	30.12. 3.01
61	Жасөспірім сайысы	Тік баспалдақ сатыларымен жорғалауға жаттығу. Қол мен аяқтың қимыл үйлесімдігін дамыту. Футболды түрлі заттардың арасынан ирек жолмен алып жүру қабілеті мен ұсақ бұшық еттер моторикасын дамыту. Хол-фитболмен текшелердің арасымен арқаны тік ұстап секіру, еденнен шұғыл итеріліп, жартылай бүгілген жағымен жұмсақ секіріп қайта қолу дағдыларын жалғастыру. Елтілік, күш, төзімділік, көпшілік қасиеттерін дамыту. б) Өз халқының мәдениетін құрметтеуге тәрбиелеу. Қолғалыс тәжірибесін эстафеталардың ережелерін сақтай отырып орындауда қолдана білуге баулу.	1	11.01.
62	Ұым өсіктер	Заттарды тік нысанға дақтыруды үйрене түсу, ныстан жоғары алға қарай шұғыл шығарып, қолды айналдыра сермен дақтыру дағдыларын дамыту. а) Қатар-қатар қойылған таяқтардан екі аяқпен аттап секіруге жаттығу, екі аяқты бірдей жасып барып итерілу арқылы құламай түсу, қол мен аяқтың қимылын үйлестіруді дамыту. Өз денесін басқаруды жалғастыру, қолға доп ұстап жатып екеуінен арқаға дұнан ілгері қозғалу. Елтілік, күштілік пен төзімділікті дамыту. б) Еліміздің тарихына қызығушылығы мен ұлт дәстүріне деген құрметке, басқаларға көмек бере білу, өз мүддесінен команданың мүддесін жоғары көкіге тәрбиелеу.	1	13.01.
63	Жасөспірім	Заттарды тік нысанға дақтыруды үйрене түсу, ныстан жоғары алға қарай шұғыл шығарып, қолды айналдыра сермен дақтыру дағдыларын дамыту. Қатар-қатар қойылған	1	24.01.2016 16.01

		тактардан екі аяқтан аттап секіруге жаттыгу, екі аяқты бірдей жылып барып итерілу арқылы құлмай тұсу, кол мен аяқтың қимылдан үйлестіруді дамыту. Өз денесін басқаруды жалғастыру, колға дөп ұстап жытып етпетінен арқаға аунап ілгері қозғалу. Елтілік, күштілік пен төзімділікті дамыту. Еліміздің тарихына қызығушылығы мен ұлт дәстүріне деген құрметке, басқаларға көмек бере білу, өз мүддесінен команданың мүддесін жоғары қоюға тәрбиелеу.		
64	Батырлар (таза аула)	(айналымы жаттығуларды қолдану). Жүгіріп келіп биіктікке секіруді дұрыс орындауға үйрету, екпін алып жүгіру мен белгіленген орындан итеріліп секіруді үйлестіруге үйрену. а) Колмен нысанға асық лақтыру дағдаларын жалғастыру. «Туу колмен төменнен» лақтыруды орындап жаттыгу. Бау жүгіру, жүгіру кезінде алған қарғының жоғалтпауды, аяқты өкшеден басына қарай қояды, аяқты босатып, қолды еркін қояды қалдырай білу. Гимнастикалық қабырғада қонған өрмелеуге, түрлі тәсілмен тұсуге жаттыгу, кол мен аяқтың үйлесімді қозғалысын жалғастыру. Еліміздің тарихына қызығушылығы мен ұлт дәстүріне деген құрметке, басқаларға көмек бере білу, өз мүддесінен команданың мүддесін жоғары қоюға тәрбиелеу.	1	19.01
65	Мерген	Қызыл тақтайға жүгіріп шығу, тұсу, биіктегі салмақ түсіру, тірелу нүктесінде теже-теңдік сақтауға дағдыландыру. Тік нысанға заттарды лақтырып, тура ортасына тигізу, түрлі қимылдарды қосып орындауға жаттықтыру. Жерден биіктетілген тақтайдың астынан өту, биік тақтай үстінде жинақталып нысаннан ішінен теже-теңдікті сақтай отырып өтуге жаттығуды жалғастыру. а) Өз денесін басқаруды, арқаннан ұстап салбырап тұруды, елтілік, өз бетімен әрекет ету, күштілікті дамыту. б) Еліміздің тарихына қызығушылығы мен ұлт дәстүріне деген құрметке, басқаларға көмек бере білу, өз мүддесінен команданың мүддесін жоғары қоюға тәрбиелеу.	1	20.01
66	Ашықтар	Түрлі жағдайларда балалардың білім-біліктерін саналы пайдалана алуына ықпал ету. Жорға жорғалаудағы кол мен аяқтың қимыл үйлесімділігін дамыту. Тізені жоғары көтеріп, теже-теңдікті сақтап жүруге жаттыгу. а) Заттардың арасымен дұрыс жүгіруді жалғастыру. Өз денесін басқаруды, арқаннан ұстап салбырап тұруды, елтілік, өз бетімен әрекет ету, күштілікті дамыту. б) Еліміздің тарихына қызығушылығы мен ұлт дәстүріне деген құрметке, басқаларға көмек бере білу, өз мүддесінен команданың мүддесін жоғары қоюға тәрбиелеу.	1	23.01
67	Қыстаулағым ойындар	Баланың қимыл жүйесінің жаттыққандығын қимылдан түзете отырып жақсарту, психо-физиологиялық және жеке қасиеттерін жалғастыру. а) Қатар-қатар 20-30-40 см көтеріліп қойылған сырықтардан бауырымен жорғалап өтуге ең ыңғайлы тәсілдерді тауып қолдануға баулу. Сырықтан жалғыз аяқпен секіріп өткенде табанмен емес, аяқтың ұшымен итеріліп, жұмсақ қолға ұғытылу. Талдау ойлау, қалыптан тыс шешімдер қабылдай білуге, елтілікке, күш пен төзімділікке, көшпінділікке, алған білім-біліктерін өмірде қолдануға баулу. Қоршаған ортаға деген қамқорлық пен жауапкершілікке тәрбиелеу.	1	25.01

68	Желді құмыра жеті» (тамақ ауада)	Құбылмалы жағдайларға байланысты әрекет етуге түрлі тактикаларды қолданып, қимыл еркіндігінің деңгейін арттыру. Керілесім баудың биіктігіне байланысты денені жоғары жұмырлаудың түрлі тактикаларын қолданып білуін қалыптастыру. Бұлшық еттің үйлесімді жұмысы үшін сәйкес рефлекстерді қалыптастыруға арналған жаттығуларды қолдану біліктілігін бекіту. Көністікті бағдарлау, төзімділік, ептілік, реакция шапшаңдығын дамыту.	1	23.01.
69	Жайырауы ойындар	40-30-20 см биіктіктегі арқандардың астынан өту, 20-30 см биіктіктегі арқаның үстінен секіріп өтудегі жоғары нәтижеге жету үшін ең тиімді жолдарын таңдай білуге үйрету. а) Футболды түрлі бағыттарды алып жүруге, футболды саусақ басымен ақырын күштемей итеріп жүргізу, ұсақ моториканы, балаларды жұпта аяқдәсіп әрекет етуге дағдылануға жаттықтыру. б) Табиғатқа, қоршаған ортаға деген махаббатымен жылдың кез келген кезінде ербесті сүюге баулу.	1	30.01.
70	Арқанмен ойыну аяқдәсіпін	Бала аяқдәсіпін қимылдық (қимылды сезу) және кеністіктік (ағзаның бөліктерін сезіну) факторларын, ұсақ моториканы қалыптастыру. Белгілі бір деңгейге көтерілген арқандардың астынан өту мен арқаның үстінен секіріп өтудегі жоғары нәтижелерге жету үшін ең тиімді жолдарын таңдай білуге, арқанмен орындатылған әрекет түрлерін тез ауыстырып, қимылдық бір әрекеттен екінші әрекетке кірісіп кете алуға үйрену. а) Футболды түрлі бағыттарды алып жүруге, футболды саусақ басымен ақырын күштемей серпіп жүргізуге, балаларды жұпта аяқдәсіп әрекет етуге, айналып тұрған арқанмен бүкіл зейінін қойып жаттығуға дағдыландыру. Аяқдәсіпін ойлауын, қимыл дағдыларын қолданы білуін, ептілік пен күштілігін, төзімділігін дамыту. Табиғатқа, қоршаған ортаға деген махаббатымен жылдың кез келген кезінде ербесті сүюге баулу.	1	14.02.
71	Өз бетімізбен жаттығамыз	Қозғалыс әрекеттерінің тиімділігін арттыруға жағдай жасау. Досты себетке дұрыс лақтыруға, бастапқы қалыпқа тұруға, аяқты жазып барып доп лақтыруға дағдыландыру. а) Гимнастикалық баспадаққа ормелеп, сатыдан-сатыға ауысу дағдыларын дамыту. Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіруді жалғастыру, қолбеу тұқаймен жүріп жаттығу, статикалық қалыпты, дене түзулігін ұстап тұру қабілетін жетілдіру. Қозғалу және өстіп есте сақтауды қалыптастыруды жалғастыру. Сенсомоторлық үйлесімділікті дамыту. б) Өзін-өзі басқару, ұстамдылық, төзімділікке тәрбиелеу.	1	3.02.
72	Жан-жазымы жемісшілік сыйы»	Қимыл әрекеттерінің еркін орындалуын, себетке досты аяқты бүгіп, жаза келе дәлден лақтыруды, бастапқы қалыпқа дұрыс келе білуді үйрету. а) Кең адыммен жүгіруді, гимнастикалық қабырғаға аяқты аяқтың қасына қоя отырып, қимылмен қозғалып ормелеп, алма-кезек адыммен түсуді жалғастыру. б) Ептілікті, төзімділікті, ойлауды, майысқақтықты дамыту. Садауатты өмірге, денсаулығын сақтауға, алқидерге көмек беруге, күштілікке тәрбиелеу.	1	13.02.
73	Ағуымы ойын	Түрлі қимыл әрекеттері орындалғанда тізбектегі өз әрекетін еңге ойышыларының қимылдарымен	1	15.02.

		үйлестіре білуін қалыптастыру. Жағдайдың өзгеруіне қарай бағытты өзгерте алуды жалғастыру. Көзмөлшерін, заттарды иімен ағышпен алып жүргенде зейінін шоғырландырып, тұрақтандыруын, шайбаны соғу дағдыларын дамыту. Кеністікті бағдарлай білу, төзімділігін, реакция шапшаңдығын дамыту. Балаларды өзін білім біліктерін алдыңғы өмірде қолдану мен салауатты өмір салтымен баулу. б) Кеністікті, ресурстарын бөлісіп пайдалануда өзінің де, өзінің де қоқарасы мен қажеттіліктерін түсіне білу, құрметтеуге тәрбиелеу.		
74	Спорт турлары	Қиын аракеттерді еркін орындауға, қалашықты ұратын таяқтың жер бауырлап ұшуына өкіні беруге үйрету. Доспы бір-біріне басынан асырып лақтыру, бір-біріне жоғарыдан алыға қарай шұғыл лақтыруды жалғастыру. Кен алымын жүтіру, бір-біріне доспы кеуделен қағып алып, кеуделен лақтырып беру, тепе-теңдік сақтау – гимнастикалық ұзын орындағымен бір аяғын бүтін барып, екінші аяғын орындағымен қасымен айналыдырып әкеліп аттан жүру дағдыларын. 3 метр қашықтықтан қалашықты қағып түсіру қабілетін, етілікті, төзімділікті, ойлауды, мыйсқашықты дамыту. б) Салауатты өмірге, денсаулығын сақтауға, алсідерге көмек беруге, күштілікке тәрбиелеу.	1	14.02
75	Жаттығу – жеңіс келіс!/. Айналымы жаттығулар	Қиын аракеттерді еркін орындау дағдыларын айналымы жаттығулар арқылы дамыту. Түрлі бастапқы қалыптан (етпетінен жатып, малдас құрып отырып) жүтіріп кетуге үйрету түсу. а) Шапшаң аракет ету мен зейіндерін дамыту. Модульдерде тұрып тепе-теңдік сақтау мен өз денесін еркін басқаруын қалыптастыру. Арқаннан ұстанып асылып тұру. «денсаулық» дискісінде денені айналыдырып жаттығу. Қауіпсіздік ережелерін сақтау мен сақтау дағдыларын дамыту. Доспы заттардың арасымен екі аяқпен кезек-кезек теуіп жүргізу және бір қолдан екінші қолға еденнен соғып аумстыруды жалғастыру. Секіртпемен секіру, қолдан басын айналыдырып қолгалту мен аяқты тігінен қолгалтуға, жінішке ұзын орындағымен жүруге жаттығу. Салауатты өмірге, денсаулығын сақтауға, алсідерге көмек беруге, күштілікке, тәрбиелеу.	1	20.02
76	«Спазон» (төк ауада)	Қиын аракеттерді еркін орындау дағдыларын айналымы жаттығулар арқылы дамыту. Түрлі бастапқы қалыптан (етпетінен жатып, малдас құрып отырып) жүтіріп кетуге үйрету түсу. Шапшаң аракет ету мен зейіндерін ұштау. Модульдерде тұрып тепе-теңдік сақтау мен өз денесін еркін басқаруын қалыптастыру. Арқаннан ұстанып асылып тұру. «денсаулық» дискісінде денені айналыдырып жаттығу. Қауіпсіздік ережелерін сақтау мен сақтау дағдыларын дамыту. Доспы заттардың арасымен екі аяқпен кезек-кезек теуіп жүргізу, бір қолдан екінші қолға еденнен соғып аумстыруды жалғастыру. Секіртпемен секіру, қолдан басын айналыдырып қолгалту мен аяқты тігінен қолгалтуға, жінішке ұзын орындағымен жүруге, жүріп келе жатып бір аяғын жоғары көтеріп, астынан бір шапалақ ұруға жаттығу. Салауатты өмірге, денсаулығын сақтауға, алсідерге көмек беруге, күштілікке, тәрбиелеу.	1	22.02
78	«Бір екі ұш балалар алы күш!»	Қиын аракеттерді еркін орындау дағдыларын спорттық ойындар арқылы дамыту. Еніетігі 15 см модульге орыннан аяқпен ітеріліп, қолымен сермен қаматтосо отырып секіріп шығу. а) Баскетбол ойыны қиындыларын; доспы бір қолмен соғу күшін мөлшерлеп, аяққа тауу еденге соғып жүргізуді;	1	24.02

		шенбер бойымен футбол добын бір-біріне екі аяқпен кезек-кезек домалатуды үйрене түсу. Үлкен алымдармен неғұрлым аз аттап, жерден итеріле отырып, 10 метр жүгіру, шапшаң әрекет ету мен кейіндерін дамыту, модульдерде тұрып тепе-теңдік сақтау мен өз денесін еркін басқаруын қалыптастыру. Арқаннан ұстап тұрып асыту, «денсаулық» дөңкесінде денені айналдырып жаттығу. б) Қауіпсіздік ережелерін сақтау мен сақтау дағдыларын дамыту. Дотты заттардың арасымен екі аяқпен кезек-кезек теуіп жүргізу, бір қолдан екінші қолға еленнен соғып ауыстыруды жалғастыру.		
79	«Қазақстан Республикасы қалыңдарының ойындары» (тама ауыса)	Талдау жүйелерінің белсенділендіруіне жағдай жасау. Түрлі қимыл әрекеттері орындағанда тізбектегі өз әрекетін өзге ойыншыларының қимылдарымен үйлестіре білуін қалыптастыру. Жағдайдың өзгеруіне қарай бағытты өзгерте алуды жалғастыру. Рындық әрекеттері ұлттық ойын мәніндегі әрекеттермен орындай алуын бекіту. Ойын ережелеріне сай тізбекке, шенберге, қатарға тұру дағдыларын жалғастыру. Ұлттық ойындарға қатысушылығын қалыптастыру, әр ұлт дәстүрлеріне деген құрмет пен толеранттыққа тәрбиелеу	1	11.03.24ж 24.02
80	Волейболдың жетілдіруін	Баланың қимыл-қозғалыс жүйесі мен арнайы даму факторларын интеграциялау, қолға арналған жаттығуларды жүріп келе жатып орындау, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіре отырып үзіліссіз бау жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Табан мен алақанға тіреніп, екі тізмен дотты қысып жорғалау; дотты екі қолмен кезек домалату және екі аяқтың басымен қысып алып жүру, артқа қарай басынан асырып лақтыру арқылы қимыл-қозғалыс дағдыларын; кеңістікті бағдарлау, сапқа тұру, қайта сап түзеу дағдыларын; педагогтің нұсқауын мұқият орындап, өз қимылдары мен мінәйындағылардың қимылдарын үйлестіре білу дағдыларын дамыту. Жинақылыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу	1	14.03.24ж 1.03.
81	Ойна, ойна, саптан айырылып қалма	Баланың қимыл-қозғалыс жүйесі мен арнайы даму факторларын интеграциялау, қолға арналған жаттығуларды жүріп келе жатып орындау, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіре отырып үзіліссіз бау жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Табан мен алақанға тіреніп, екі тізмен дотты қысып жорғалау; дотты екі қолмен кезек домалату және екі аяқтың басымен қысып алып жүру, артқа қарай басынан асырып лақтыру арқылы қимыл-қозғалыс дағдыларын; кеңістікті бағдарлау, сапқа тұру, қайта сап түзеу дағдыларын; педагогтің нұсқауын мұқият орындап, өз қимылдары мен мінәйындағылардың қимылдарын үйлестіре білу дағдыларын дамыту. Еттілікті, ұсақ моторика мен өзін-өзі басқаруды дамытып, салуатты өмір салтына бағыт алып, спортқа деген, командалық ойындарға деген қызығушылыққа баулу.	1	15.03.24ж 3.03.
82	Футбол ойыны	Ағзаның шапшаңдығын қалыптастырып жаттығулар арқылы арттыру. Қимыл әрекеттерінің еркін орындауы мен сапта жүру жаттығуларын үйретуді, дотпен орындалатын спорттық жаттығулар түрідегі футбол ойыны қимылдарын үйретуді жалғастыру. Футбол добын аяқпен жүргізуге жаттығу. Доттың қозғалыс бағытын дұрыс анықтау қабілетін арттыру. Дотты жүрте бір-біріне лақтырып, түрлі қалыпта қағып алу, сол саптегі жағдайды дұрыс бағалап, шешім қабылдау дағдыларын, дотты екі аяқпен қысып 2,5 метрге ітері секіріп қозғалуды жалғастыру. Еттілікті, ұсақ моторика мен өзін-өзі басқаруды дамытып, салуатты өмір	1	18.03.24ж 1.03.

		салтына бағыт алып, спортқа деген, командалық ойындарға деген қызығушылыққа баулу		
83	Волейбол алапында жаттығу	Балалардың спорттық жаттығулар түріндегі түрлі қимылдар туралы түсінігін кеңейту. Тіімсіз тыныс алу, волейбол добын қажет бағытта бір қолмен домалату, допты қаулақтату, тартып керілген жіптен асырып допты лақтыру, қайта қағып алу, допты қолына ұстап, шығаруға тіреліп жорғалау, 20 см биіктікке жүгіріп келіп секіріп шығу дағдыларын қалыптастыру. 20 см биіктікке жүгіріп келіп секіріп шығуға жаттығуды жалғастыру. Белгілі жерден ітеріліп өкпін алуға жалғастыру. Қимыл жаттығуларының тиімділігін арттыра түсу. Естілікті, ұсақ моторика мен өзін-өзі басқаруды, төзімділікті, шапшаңдықты дамытып, салауатты өмір салтына бағыт алып, спортқа деген, командалық ойындарға деген қызығушылыққа баулу	1	7.03
84	Менің бастарымның ойыны	Тірбестелген түрлі жаттығулармен орындау дағдыларын дамыту. Айналмап тұрған арқаннан өтуге жаттықтыру, жерден екі аяқпен бірдей ітеріліп, арқанның дәл аяғының астынан өту сәтінде секіруді дамыта түсу. ә) Ұшып келе жатқан доптан түрлі тактикалар қолданып өтуге бекіту. Кеңістікті бағдарлай білу, төзімділігін, реакция шапшаңдығын дамыту. Өз әрекетін командадағы өзге ойыншылардың қимылымен үйлестіруін қалыптастыру. б) Бір-біріне деген сыйластығын, көлісімділігі мен толеранттыққа тәрбиелеу	1	9.03
85	Қазақ халқының ұлттық ойындары	Заттарды қолденең нысанға лақтыруды, бастапқы қалыпқа дұрыс келуді, «маддас құрып отырып» ұсақ заттарды (асықтарды) лақтырып, қағып алуға үйрету. Тепе-теңдік сақтауды, негізгі қимыл түзету жаттығуларын жасауды, асықты гимнастикалық ұяны орындаудың үстімен келе жатып, алдына, артына жөнәуді, ұсақ заттарды (асықтарды) маддас құрып отырып атуға, қағып алуға бекіту. Көзмөлшерлеуін арттырып, естілікке, ыңғайсыз (шулы) ортада зейінін шоғырландыра білуге жаттықтыру. Ұлттық ойындарға қызығушылығын арттырып, азаматтық пен толеранттылыққа баулу	1	13.03
86	«Қазақстан шағырлақтарының ойындары» (таза араба)	Қазақстан халықтарының ойындарын ойнай отырып, балалардың қимыл-қозғалыс тәжірибесін толықтыру. Заттарды қозғалыстығы нысанға лақтыруды, бастапқы қалыпқа дұрыс келуді үйретуді жалғастыру. Тепе-теңдік сақтауды, негізгі қимыл түзету жаттығуларын жасауды, көзмөлшерлеуін арттырып, естілікке, ыңғайсыз (шулы) ортада зейінін шоғырландыра білуге жаттықтыру. б) Ұлттық ойындарға қызығушылығын арттырып, азаматтық пен толеранттылыққа баулу.	1	15.03
87	Ойын ойындар осеміз	Допты қатарда тұрып, алысқа лақтыруды үйрету; лақтыру күштілігін арттыру; жүгірудің түрлерін техникалық дұрыс орындауға үйретуді жалғастыру; тепе-теңдік сақтау – ұяны орындауды текшелерден аттап, дөңесінің бір жақ қырымен жүруге, 50 см арқаның астында қойылған камшылардан екі аяқпен секіріп өтуге жаттығу. Көзмөлшерлеуін арттырып, естілікке, ыңғайсыз (шулы) ортада зейінін шоғырландыра білуге жаттықтыру. Ойынға деген қызығушылығын арттырып, шапшаңдық пен қимыл үйлесімділігіне баулу.	1	17.03
88	Араба	Тік нысанға заттарды лақтырып, тура ортасына тигізу, түрлі қимылдарды қосып орындауға жаттықтыру. Допты қатарда	1	20.03

		<p>тұрып, басынан асырып, алысқа лақтыруға үйрету; лақтыру күштілігін арттыру; жүгірудің түрлерін техникалық дұрыс орындауға үйретуді жалғастыру; тепе-теңдік сақтау – ұзын орындықпен текшелерден аттап, бір жақ жанымен жүруге, 50 см арқашықтықта қойылған қамшылардан екі аяқтап секіріп өтуге жаттығу. Козмөлшерлеуін арттырып, еттілікке, шығайсыз (шұлы) ортада зейінін шоғырландыра білуге жаттықтыру. Ойындарға қатысушылығын арттырып, шапшаңдық пен қимыл үйлесімділігіне баулу.</p>		
89	Футбол ойыны машинаға түс	<p>Балаларды алған білім-білістерін қолдана отырып салмауатты өмір салтын ұстауға баулу.</p> <p>Жүзден футбол ойыны элементтерін орындауға үйретуді жалғастыру. Допты бірқелкі қайталап ақырын теуіп, табанымен тоқтату, нысанға дәл бағыттау дағдыларын жалғастыру.</p> <p>Ойын ережелеріне сай тізбекке, шеңберге, қатарға тұру дағдыларын жалғастыру. Тік ось бойымен жүрсеуді айналдыруды, саусақ бұрыштық еттерін дамыту. Қысқартып бағдарлай білу, төзімділік, реакция шапшаңдығын дамыту. Бір-біріне деген сыйластық, келісімділігі мен толеранттылыққа, салмауатты өмір салтына тәрбиелеу.</p>	1	3.04
90	Ормалар үйренуі	<p>Гимнастикалық қабырғаға әртүрлі ормалар білуін жалғастыру; қол мен аяқтың қимыл үйлесімділігін дамыта түсу. Қолдарын екі жаққа созып, арқасын алдыға қаратып, иректелін қойылған баумен жүру және динамикалық тепе-теңдік сақтауын дамыту. Козмөлшерлеуін арттырып, еттілікке, шығайсыз (шұлы) ортада зейінін шоғырландыра білуге жаттықтыру. Ойындарға қатысушылығын арттырып, шапшаңдық пен қимыл үйлесімділігіне, отбасымен салмауатты өмір салтына құлшынуға баулу.</p>	1	5.04
91	Қиындық бол	<p>Себетке доп лақтыру, лақтыру кезінде аяқты жазып барып итерілу, бастапқы қалыпта дұрыс қолуді үйретуді жалғастыру. Сызықтан-сызыққа алысқа аттап жүгіруге ауада қалықтап, жеңіл жүгіру үшін екпінмен итеріле білуді жалғастыру. Гимнастикалық қабырғаға қиындап ормалар, сатыдан-сатыға әртүрлі аттап, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп, сатыдан дұрыс ұстанып, ормалар дағдыларын қалыптастыруды жалғастыру. Өзін-өзі басқару, ұстаным мен еркін қимылдау сезіміне тәрбиелеу.</p>	1	4.04
92	Шабандоздар	<p>Бала аттасының барлық жүйелерін жарыс қимылдарын (эстафеталарды) орындау арқылы жаттықтыру. Қимыл әрекеттердің өз бетімен еркін орындауын жалғастыру.</p> <p>а) Тік қойылған баспадаққа сатылар арасымен ормаларға жаттығу. Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіруін дамыту. Футболды «жыланы» иректелін жүріп, заттардан арасымен алып жүруді бекіту.</p> <p>Ұсақ моториканы, топ-футболмен текшелерді айнала арқаны тік ұстап, еденнен шұғыл екпінмен итеріліп, аяқ басына жұрсақ түсетіндей етіп секіруді дамыту.</p> <p>б) Еттілікті, күштілікті, көпшілік қасиеттерін дамыту. Ұлт тарихы, халық мәдениетіне деген құрметке, білім-білік дағдыларын қолдана алуға, жүзден жүйелерін сақтай білуге тәрбиелеу.</p> <p>Жалпақтабан мен арқа омыртқа ауруларының алдын алу.</p>	1	10.04 15.04
93	Сөрменен жүгірудің қимылы	<p>Оң қол және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету, қолдарын алдымен төмен қарай айналдырып, сосын артқа толық жазылғанша сөрмен лақтыруға дағдыландыру. Аяқты өкшеден бастап, аяқ басына екірай басып, жылдамдықты</p>	1	12.04 14.04

		сактап, бауу жүргүзүп жаттыгуду жалгастыруу. Заттардын арасымен енбектеп жүрүдү бекіту, колгалыс кезинде дұрыс калып пен бұшык еттердин сөйкөс рефлекстеринин калыптасуына ыкпал ету. Тереңдикке секіруге, аякты бүгін секіріп түсүгө, тепе-теңдик сактауга жаттыгу. Ептілік, төзімділік, күштілік, өзбетімен аракет етуін дамыту. Өз денсаулығын да, өзгенин денсаулығын да сактай білуге, аракет етудегі тапкырлыкка тарбиялеу.		
94	Секіртпе – сүртүрмөжөспөр	Колгалыс ортасын байыту аркылы балалардын диму, сауыгуына жагдай жасау, жұмыс тартып ұстану мен карым-катнашка түсө біту кабилеттеринин калыптасуына көмөктөсү (тошпен жұмыс, жөспөн жұмыс). 50-40-30 см көтеріліп керілген секіртпенин астымен отуде жаксы натыйжеге жету үшін ен тиімді тәсілдерді таңдай біту. Секіртпени айналдып бір аякпен секіргенде аяктырын түсірмөугө, жерге аяк басымен коңуга жаттыгу. Секіртпелердин арасымен жүрп откөндө, секіртпелден кетип откөндө арканы тик ұстау дагдыларын бекіту. Таллау, ойлау, калыптан тыс шешімдер таба біту, кымыл колгалыс тапкырлыкты, көзмөлөшөрі коммуникативті құшырлыкты кабилеттерин дамыту. Командамен жұмыста, баска да жагдайларда жауапкершілікке тарбиялеу.	2	22.04 30.04
95	Ашын боланым!	Түрп жагдайларда баланын жөнөпган билим-биликтерин санала, өз бетімен коллана бітуге жөрдөмдөсү. Билеттикке секіргендегі кол мен аяктын кымылын түзөтү, дамыту. Төшөн жогары көтерип жүруге жаттыгастыру. Динамикалык тепе-теңдикти сактауын калыптастыру. Заттардын арасымен жүргүзүл жалгастыруу. Аркан билеттиги мен арканын оту тәсіліне карай кол аякты жөнөп жұмырлатуу.) Ептілік, төзімділік, күштілік, өз бетімен аракет етуін дамыту. Өз денсаулығын да, өзгенин денсаулығын да сактай білуге, аракет етудегі тапкырлыкка тарбиялеу. Дәстүрлерді сактай білуге, топта аракет ете білуге баулу.	2	5.05 10.05
96	Көтөрүлөт кыңыз күй	Допты жогары дактырып, жерге түсіп кайта ұшкан кезде өкө колмен кыгып алуға, допты алаканын жазып, саусактарынын басымен кыгып алуға үйрөтүлді жалгастыруу. Допты басымен итерип жүргізіп, алдыга карай енбектеуді жалгастыруу. Аяк-колун жөнөп, жұмырланып отырып алдыга-артка домалауды бекіту. Кол мен аяктын кымылдарын үйлөстөре білуге, ептілікке, төзімділікке баулу. Көз куруларынын алдын алу. Өз денсаулығын сактауга үйрөтү.	2	17.05 20.05

Дайындаган даярлык сыныбының төрбөшөсi: А. Камалова

«КЕЛІСЕМІН»

ШКО билим баскармасы Тарбагатай ауданы бойынша билим бөлімінін «Акмөктөп орта мектебі» КММ-нің ДОЖО А. Шагыраева
« 31 » 08 2022 ж

«ТЕКСЕРГЕН»

ШКО билим баскармасы Тарбагатай ауданы бойынша билим бөлімінін «Акмөктөп орта мектебі» КММ -нің «Айгөлек» шағын орталыгының әдіскері А. Адилова
« 31 » 08 2022 ж