

«Ақбота» бөбекжай-балабақшасы



Бекітемін _____

Г.С.Жундибаева

«Ақбота» бөбекжай- балабақшасы» МКҚК

Менгерушісі Г.С.Жундибаева

**Білім беру саласы: Денсаулық
Бөлімі: Дене шынықтыру
Ортаңғы тобының ұйымдастырылған
оқу іс-әрекетінің
перспективалық жоспары**

2022-2023 оқу жылы

Ортаңғы топ: Еркетай

№	Айы	Мақсаты мен мазмұны	Әдіс-тәсілдері
1	Қыркүйек	Мақсаты: Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Балаларды саптізбекке бір-бірден сапқа тұрғызуға үйрету;саптізбекте бір-бірден қарапайым жүруді дамыту; саптізбектен шықпай ,өз бағытын сақтай отырып, өз орнын таба білуді қалыптастыру; Балаларды спорт залымен таныстыру, жаяу жүргенде саптізбектен шықпай-ақ бағытты сақтауға тырысу;кеңістікті бағдарлауға,оған көңіл аударуға, спорт залында спортпен айналысуға деген құлшынысқа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.Ж.Д.Ж.№ 2 (картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Сап тізбекте қарапайым жүру. Ойын жаттығу:Дәу адам болып жүреміз, кішкентай адам болып жүреміз. 2) сап тізбектен шықпай жүру. Ойын жаттығу:Тышқандар Қимылды ойын:№ 1 Паравоз
2		Мақсаты:Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап , жүруге және жүгіруге үйрету. Балаларды шеңберге сапқа тұрғызуға үйрету; белгі бойынша бір-бірден саптізбекте жай жүру. Өз іс-әрекеттерін басқа балалардың әрекеттерімен бірлесе орындау,шеңберге сапқа тұру дағдысын бекіту;өз бағытын сақтай отырып,саптізбекте жүруге үйрету, педагогтың белгісі бойынша тоқтай білу дағдыларын қалыптастыру; кеңістіктегі бағдарларлау назарын дамыту; ұйымшылдыққа тәрбиелеу, спорт залындағы сабақтарға оң пікір қалыптастыру. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.ЖДЖ№2(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)белгі бойынша бір бірден сап тізбектен жай жүру. Ойын жаттығу:паравоз 2)Дене шынықтыру нұсқаушының белгісі бойынша шеңберге сапқа тұру. Ойын жаттығу:Балапандар Қимылды ойын:№ 7 Ақ сандық, көк сандық.
3 Таза ауада		Мақсаты: Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап , жүруге және жүгіруге үйрету. Балаларды қос аяқпен (аяқ бірге-аяқ алшақ) секіруге үйрету; шеңбермен жүруді,секіру жаттығуларын (аяқ бірге - аяқ алшақ) орындауды, тізені бүгіп, қос аяқпен алға секіруді; ырғақты сақтай отырып, шеңбер бойынша жүре білуді бекіту; жаттығуды орындау кезінде дұрыс тыныс алуды қалыптастыру. Дене шынықтыру залында жаттығумен айналысуға деген қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.ЖДЖ№4(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)белгі бойынша бір бірден сап тізбектен жай жүру. Ойын жаттығу:паравоз 2)Дене шынықтыру нұсқаушының белгісі бойынша шеңберге сапқа тұру. Ойынжаттығу:Балапандар Қимылды ойын:№ 1 Паравоз

4		Мақсаты: Балаларды қос аяқпен секіруге үйрету. Балалардың координациялық қабілеттерін, ырғақтылығын, педагогтың нұсқауларына сәйкес қимылдарын жылдамдату және бәсеңдету дағдыларын дамыту; жүгіру жаттығуларын, ойын ережелерін орындау дағдыларын дамыту. Бір-біріне жол беруге, мейірімділікке тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.Ж.Д.Ж.№ 3(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қос аяқпен секіру «аяқ бірге аяқ алшақ» Ойын жаттығу: Пингвиндер. 2) жүру, секіру. Жаттығуларын орындау /аяғы бірге аяғы алшақ/ Ойын жаттығу: балапандар 3) Шеңбер бойынша жүру дағдысын бекіту. Ойын жаттығу: Мұқият бол. Қимылды ойын: № 18 Соқыр теке
5		Мақсаты: Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап , жүруге және жүгіруге үйрету. Бір-біріне отырып допты домалатып жіберуге үйрету; аяқты 1,5 м қашықтықта алшақ ұстау; доп қозғалысының бағытын сақтай білуді қалыптастыру; қос аяқпен (аяқ бірге- аяқ алшақ) секіру жаттығуын жасау, тізені сәл бүгіп, аяқты бірге және алшақ ұстап секіру жаттығуларын жасау дағдысын бекіту ; көз мөлшерін, назар аудару, үйлестіру қабілеттерін дамыту; мейірімділікке, спорт залындағы жүріс-тұрыс мәдениетіне тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: доптар	1.ЖДЖ№2(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) белгі бойынша бір бірден сап тізбектен жай жүру. Ойын жаттығу: паравоз 2) Дене шынықтыру нұсқаушының белгісі бойынша шеңберге сапқа тұру. Ойын жаттығу: Балапандар Қимылды ойын: № 1 Паравоз
6 Таза ауада		Мақсаты: шапшаңдығын координациялық қабілеттілігін дамыту Қозғалыс бағытын сақтай отырып, төрт тағандап еңбектеуге үйрету, аяқ арасын 2 м қашықтықта алшақ ұстап, допты бір-біріне домалату дағдысын бекіту; допты қолмен, көз мөлшермен домалату икемділігін дамыту. Шыдамдылыққа, достыққа, бірлесіп ойнауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: шағын топтарға арналған доптар, қолшатыр.	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) жүгіру барысында жаттығу. Ойын жаттығу: кім тез. 2) Төрт тағандап еңбектеу Ойын жаттығу: тасбақалар 3) Қимылды ойын: № 19 Доп кімде?

7		Мақсаты: икемділіктерін дамыту. Түзу жолмен жүру жаттығуларын (ені 25 см, ұзындығы 2,5 м) орындауға үйрету; шектеулі алаң бойынша жүргенде тұрақты тепе-теңдікті сақтай білуді қалыптастыру; еркін бағытта төрт тағандап еңбектеу жаттығуды, төрт тағандап жүргенде қол мен аяқтың бірлескен қозғалыс дағдысын бекіту, ептілікті, икемділікті және т. б. дамыту. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: ұзындығы 3 метр болатын 2 лента.	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Екі аяқты сапқа дейін затқа дейін, баулар және рейкалар арқылы секіру.. Ойын жаттығу:Жүгіріп өт. 2)Заттар арасынан допты илектену. Ойын жаттығу: 3)Бұлақтардан секіру. Қимылды ойын:№ 23 Қармақ
8		Мақсаты: Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет секіруге үйрету. Жоғарыдағы затқа қол жеткізу арқылы жоғары секіруге үйрету, еденнен бар күшімен серпіле, мүмкіндігінше жоғары секіру дағдысын дамыту; жол бойында (ені 25 см, ұзындығы 2,5 м); жүру және жүгіру жаттығуларын орындау; шектеулі алаңда жол бойымен жүру және жүгіру кезінде тепе-теңдікті сақтай білу дағдысын бекіту; ептілікті, назар аударуды дамыту, тақпақтар мәтіні бойынша қозғалысты орындай білуді дамыту; қоршаған ортаға ұқыпты қарауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: мысық бетпердесі, ілінулі зат, ұзындығы 3 метр болатын 2 лента.	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Орнында тұрып доп лақтыру, ара қашықтық 1,5 см. Ойын жаттығу: ручеек 2)Допты лақтыру және қағып алу. 3)Қимылды ойын:№ 20 Қазан доп.
9 Таза ауада		Мақсаты: Жол мен жүру жаттығуларын үйрету. Арасы 1,5 м қашықтықта тұрып бір-біріне допты домалатып жіберуге үйрету, допты екі қолдың саусақтарының белсенді және жігерлі қозғалысымен итермелеуге үйрету. Затқа қол тигізуде жоғары секіруге жаттығу. Қос аяқпен бір уақытта жоғары қозғала білуді бекіту; қимылдарды, ептілікті, көз мөлшерін дамыту; қазақ тұрмысы мен ұлттық ойындарының элементтерімен таныстыру, төзімділікке тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: Балалардың кіші тобына арналған доптар, ілінген зат	1.ЖДЖ№6(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Түзу жолмен жүру жаттығуларын ені 25 см, ұзындығы 2,5 м. Ойын жаттығу:Алыптар. 2)Еркін бағытта төрт тағандап еңбектеу. Ойын жаттығу:Бақалар 3)Қимылды ойын:№ 24 Құғыншы

10	Мақсаты: Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап , жүруге және жүгіруге үйрету. Қозғалыс бағытын сақтай отырып, төрт тағандап еңбектеуді үйретуді жалғастыру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіруді дамыту; 2 м қашықтықта тұрып бір-біріне доп тебуге жаттығу, төменнен күшпен итеріп доп қозғалысын бағыттай білуді бекіту; көз мөлшерін,назар аудару қабілеттерін дамыту; қимылдық ойындарды ойнауға ұмтылысын арттыру. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: Балалардың кіші тобына арналған доптар,мысықтың бас киімі немесе бетпердесі	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)белгі бойынша бір бірден сап тізбектен жай жүру. Ойын жаттығу:паравоз 2)Дене шынықтыру нұсқаушының белгісі бойынша шеңберге сапқа тұру. Ойынжаттығу:Балапандар 3)Қимылды ойын:№ 28 Бақалар
11	Мақсаты: Нұсқаушының белгісі бойынша ойын ережелерін сақтауға үйрету Белгі бойынша тоқтауға, тепе-теңдікті сақтай отырып, отыруға, тұруға және жүгіруді жалғастыруға үйрету, жүгірген кезде қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру дағдысын бекіту; бір орында тұрып қос аяқпен секіруге жаттықтыру, бір уақытта қос аяқты жігерлі серпілу қабілетін жетілдіру; кеңістікте бағдарлауды дамыту, назар аудару,үйлестіру қабілеттерін дамыту; спортпен шұғылдануға деген қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: орамал, аудиожазба	. 1.ЖДЖ№6(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)екі метр қашықтықта алға жылжып қос аяқпен секіру , тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру өз шеңберінде айналу. Ойын жаттығу: эстафета 2)Төрт метр қашықтықта тура бағытта 4 тағандап жүгіру. Ойын жаттығу: Үйректер. 3)Қимылды ойын:№ 25 өрмекші мен шыбындар.
12 Таза ауада	Мақсаты: Көз мөлшерін назар аудару қабілеттерін дамыту Алға жылжи отырып,қос аяқпен секіруге үйрету, бір мезгілде қос аяқпен екпіндеп серпіліс жасауды дамыту; тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру (өз шеңберінде айналу), белгі бойынша тоқтай білуді бекіту, тапсырманы орындау кезінде тепе-теңдікті сақтау, тура бағытта төрт тағандап еңбектей білу; қимыл-қозғалыстың басталуы мен аяқталуының белгісін қабылдай білу; ептілікті, күштілікті, назар аудару білу дағдысын дамыту;дене шынықтыруға деген қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: аю маскасы	1.ЖДЖ№6(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Тура бағытта алты метр қашықтықта жүгіріп өту. Ойынжаттығу:Тышқан мен мысық. 2)Екі метр қашықтықта допты бір біріне тебу. Ойынжаттығу:Футбол 3)Қимылды ойын:№ 29 Трамвай

13 Таза ауада	Қазан	Мақсаты: Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту. Допты қақпа арқылы домалатуға (ені 60 см) үйрету, көз мөлшерін дамыту; 2 аяқты бір мезгілде екпінді серпіліс жасай, жартылай бүгілген аяқпен түсу дағдысын бекіту; барлық тапсырманы қарқынмен орындау, дененің дұрыс жағдайын сақтау, берілген тапсырманы сақтау біліктілігін қалыптастыру. Қозғалыс бағыты; ептілікті, күш-жігерді, зейінді дамыту; спорт залы мәдениетіне тәрбиелеу. Қимылдық ойын ережесін сақтауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: балалардың кіші тобына арналған доптар	1.ЖДЖ№7(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Ара қашықтығы 1м болатын қақпа арқылы ені 60см допты домалатуға үйрету. Ойын жаттығу:Трамвай 2)Екі метр қашықтықтығы тура бағытта қос аяқпен секіру ойын жаттығуларын ояту, үйрету. Ойын жаттығу:Қояндар 3)Қимылды ойын:№ 4 Қасқырлар менлақтар
14		Мақсаты: Қимыл қозғалыс тәжірибесін байыту "Жылан ізбен"еңбектеу кезінде кедергі заттарды соғып кетпеуге үйрету, ептілікті дамыту; допты қақпа арқылы домалату(ені 50 см),допты қақпаның ортасына айналдыру, көз мөлшерін, ептілікті, зал кеңістігіндегі бағдарлауды дамыту; дене шынықтыру сабағына қызығушылығын арттыру. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: кегли, балалардың кіші тобына арналған доптар.	. 1.ЖДЖ№7(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)қойылған заттар арасында жылан ізбен еңбектеу. Ойын жаттығу:жылан 2)допты қыстырып алып секіру. Ойын жаттығу:кенгуру 3)допты еденнен қолмен алу. Қимылды ойын:№ 9 Көгі-көк
15		Мақсаты: спортқа деген қызығушылықтырын арттыру. Тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру (орындықта тепе-теңдікті сақтап тұру), белгі бойынша тоқтай білуді бекітуге,көтеріңкі тіреуде статистикалық тепе-теңдікті сақтауға; қойылған заттар арасынан "жыланша" төрт тағандап еңбектеп жаттығуға, заттарды сол және оң жағынан айналып өтуін бекіту, ептілікті дамыту, берілген белгіге көңіл аудару,қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру; қоршаған ортаға оң көзқараспен қарауға үйрету.Ұжыммен бірлесіп жұмыс істей білуге тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындықтар, кегли	1.ЖДЖ№7(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Ара қашықтық 1м қақпа арқылы допты домалатуға үйрету. Ойын жаттығу:түрлі түсті доптарым 2)екі метр тура бағытта қос аяқпен секіру. Ойын жаттығу:көжектер Қимылды ойын:№ 7 Ақ сандық, көк сандық

16 Таза ауада		Мақсаты: Балаларды аяқтың ұшымен жүруге үйрету, басты дұрыс ұстау салтын сақтау. Балаларды аяқтың ұшымен жүруге үйрету, басты дұрыс ұстау қалпын сақтау; шектеулі алаңда статистикалық тепе-теңдікті сақтау дағдысын бекіту; Жоғары секіруде жаттығу. Аяқпен қимыл-қозғалыс тәжірибесін дене жаттығулары мен қозғалмалы ойындардың әртүрлі түрлерімен байыту; таныс қозғалысты оңай және еркін, ырғақты және үйлесімді орындау білігін қалыптастыру; ептілікті, шапшаңдықты, тапқырлықты дамыту; мейірімділікке, айналасындағыларға ұқыпты қарауға тәрбиелеу. Ұжымшылдыққа , бірлесіп ойнауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: текшелер,ағаш текшелер,гимнастикалық орындықтар,жоғарыға ілінген зат	1.ЖДЖ№8(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Аяқтың ұшымен жүру, тоқтап тапсырманы орындай жүгіру /текшег немесе гимнастикалық орындықта тұру. Ойынжаттығу:Тауық және балапандар 2)Затты қолмен тарту арқылы жоғары секіру. Ойын жаттығу:Секіртпелер 3)Қимылды ойын:№ 10 Түлкі мен қаздар
17		Мақсаты: : Қимыл қозғалыс тәжірибесін байыту. 2 м қашықтыққа алға жылжи отырып, қос аяқпен секіруге үйретуді жалғастыру; 4 м қашықтыққа тура бағытта төрт тағандап еңбектеу, алға жылжи отырып,қос аяқпен секіруді дамыту, қос аяқты бір мезгілде екпінді серпілу дағдысын дамыту ; тура бағытта төрт тағандап еңбектеп жаттығуды жалғастыру. Кеңістікте бағдарлай және тепе-теңдікті сақтай отырып, таныс қозғалысты оңай және еркін, ырғақты және үйлесімді орындай білуді қалыптастыру; қозғалыстың басталуы мен аяқталуының белгісін қабылдай білуді жетілдіру; қозғалыстардың ептілігі мен үйлестірілуін дамыту; толеранттылыққа, достыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.ЖДЖ№7(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)қойылған заттар арасында жылан ізбен еңбектеу. Ойын жаттығу:жылан 2)допты қыстырып алып секіру. Ойынжаттығу:кенгуру 3)допты еденнен қолмен алу. Қимылды ойын:№ 15 Аюлар мен аралар
18		Мақсаты: спортқа деген қызығушылықтырын арттыру. Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыруға үйрету; допты кеудеде дұрыс ұстай білуді дамыту, қос аяқпен екпінді серпіле білуді,алға секіру кезінде жартылай бүгілген аяқпен бір мезгілде жерге түсу, жаттығуды орындау сәтінде дұрыс тыныс алу дағдыларын жетілдіру;тәжірибе барысында дене жаттығулары мен қимылдық ойындардың әртүрлі түрлерімен байыту; ептілікті, шапшаңдықты, көз мөлшерін дамыту; төзімділікке,мейірімділікке, ұйымшылдыққа, дербестікке тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: балалардың кіші тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№7(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Ара қашықтық 1м қақпа арқылы допты домалатуға үйрету. Ойын жаттығу:түрлі түсті доптарым 2)екі метр тура бағытта қос аяқпен секіру. Ойын жаттығу:көжектер 3)Қимылды ойын:№ 13 Ормандағы аю

19 Таза ауада	Мақсаты: Балаларды бірге барлық қарқынмен бірдей әрекет етуге үйрету Шектеулі алаңда алақанмен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеп жүруді жалғастыру; допты кеуде тұсынан 2 қолмен лақтыруды жаттықтыру, артынша қолды түзете білуді бекіту; Балаларды бірге, барлық қарқынмен бірдей әрекет етуге үйрету; ептілікті, қимыл-қимылдарды үйлестіруді дамыту; ұйымшылдыққа, бірлесіп ойнауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: тақтайша, балалардың кіші тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№9(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Еденге ені25см, ұзындығы 2м допты кеудесінен асыра қос қолымен лақтыру Ойын жаттығу:Күн мен жаңбыр 2) Гимнастикалық орындықта бетіне еңбектеу. Ойын жаттығу: Тасбақа. Қимылды ойын:№ 16 Тым-тырақай
20	Мақсаты: Қозғалыстардың басталуымен аяқталуының белгісін қабылдай білуді жетілдіру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, тура бағытта жіп бойымен жүру; шектеулі алаң бойынша алақан мен тізеге сүйене отырып еңбектеуге үйрету, жүгіріп жүру білігін бекіту, қол және аяқ қимылдарын үйлесімділігін жетілдіру, педагогтың нұсқауларын орындау біліктілігін қалыптастыру, ептілікті дамыту, тепе-теңдікті сақтау дағдысын дамыту; экологиялық мәдениеттілікке тәрбиелеуге ықпал ету. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: жіп, балалардың кіші тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№8(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)2м қашықтыққа алға жылжи отырып қос аяқпен секіруді үйретуді жалғастыру.. Ойын жаттығу: аққояндар 2) төрт метр қашықтықта тура бағытта төрт тағандап еңбектеу. Ойын жаттығу: тасбақалар 3)Қимылды ойын:№ 18 Соқыртеке
21	Мақсаты: Балаларды бірге барлық қарқынмен бірдей әрекет етуге үйрету Зигзаг тәрізді қойылған жіп бойымен жүруді орындауға, динамикалық тепе-теңдікті сақтай білуді дамытуға, арқанды дұрыс ұстай білуге үйрету; бір екпін мен ырғақты сақтай отырып, қолды көтеріп, шеңбер бойынша жүгіре білуді бекіту; допты кеудеден қос қолмен лақтыруда, қолды күрт қозғалыспен түзете отырып жаттығу, педагогтың нұсқауларын мұқият тыңдай білуді қалыптастыру, көрсетуді қадағалау; ептілікті, күш-жігерді дамыту; белсенді демалысқа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: жіп, балалардың шағын тобына арналған доптар.	. 1.ЖДЖ№9(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Еденге ені25см ұзындығы 2м допты кеудесінен асыра қос қолмен лақтыру. Ойын жаттығу:Күн мен жаңбыр. 2)Доғаның астынан өту. Ойын жаттығу: тышқандар Қимылды ойын:№ 17 Кім баяу?

22 Таза ауада		Мақсаты: Бір бағытты ұстап допты бір біріне домалатуға үйрету. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруді үйрету, бір мезгілде екі аяқпен серпіле білуді қалыптастыру; шеңбер бойы жүгіру жаттығуын, арқанды ұстап, басқа балалармен жүгіру қарқыны мен қадам ырғағын үйлестіру дағдысын бекіту; заттар арасынан "жыланша" жүруде жаттығуды; мәнерлілікті дамыту, қол және аяқ қимылдарын үйлестіру, педагогтың тапсырмаларын тыңдау, белгіге көңіл аудару, педагог нұсқауынан кейін басқа балалармен бірге қимылдарды орындау; достыққа, ұжымшылдыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: арқан, кегли	1.ЖДЖ№10(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Бір орнынан 30см ара қашықтықта ұзындыққа секіру. Ойын жаттығу: Кенгуру 2) Заттар арасынан жыланша жүру. Ойын жаттығу: жылан 3) Қимылды ойын: №19 Доп кімде?
23		Мақсаты: Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруға үйрету. Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруға үйрету, доптың ұшуына дұрыс траектория беру, қолдарын екпінді қимылмен жаза білу; Бір орыннан ұзындыққа секіру (30 см) жаттығуы, бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімді қимылын дамыту. , сапқа тұрғызу кезінде өз орнын таба білу, күш-жігерді, шапшаңдықты, кеңістікті бағдарлауды дамыту; дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: балалардың кіші тобына арналған доптар	1.ЖДЖ№10(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруға үйрету. Ойын жаттығу: кенгуру 2) Бір орыннан ұзындыққа секіру /30см жаттығуы/. Ойын жаттығу: Қояндар 3) Қимылды ойын: № 22 Тышқан аулау
24		Мақсаты: Достық ұжымшылыққа тәрбиелеу. Доғаның астына тимей жүруге үйрету; допты басынан екі қолмен лақтыруға үйрету, доптың ұшуына дұрыс траектория беру; дұрыс арқанды ұстап, тепе-теңдікті сақтай білуді жетілдіру, назарын, кеңістікте бағдарлауды дамыту; сапқа тұрғызу кезінде өз орнын таба білу; Достық, ұжымшылдыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: 4 дана доға, балалардың кіші тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№10(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) доға астынан еңбектеп өту, биіктігі 40см. Ойын жаттығу: балапандар 2) Допты қос қолымен басынан асыра лақтыру. Ойын жаттығу: мергендер 3) Қимылды ойын: № 21 Қу түлкі

25 Таза ауада	Қараша	Мақсаты: Дене жаттығуларына қызығушылыққа тәрбиелеу Ирелең жолда жүруді үйретуді жалғастыру, Шектелген алаңмен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау, үш доғаның астында біртіндеп төрт тағандап еңбектеп жүру дағдысын бекіту, жаттығуларды орындау кезінде дұрыс дем алу; ұсақ моториканы, күшті, ептілікті дамыту; дене шынықтырумен айналысуды әдетке айналдыруға, денсаулығын күте білуге тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: ұзындығы 3 метр болатын 2 дана жіп, 4 дана доға.	1.ЖДЖ№12(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)бір метр қашықтықта педагогке допты лақтыру және қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол. 2)бір орыннан ұзындыққа секіру Ойын жаттығу: Аққояндар. 3)Қимылды ойын:№ 23 Қармақ
26		Мақсаты: балалармен бірге ойнауға ықыласын қалыптастыру Қол және аяқ қозғалысын үйлестіре отырып, тізені жоғары көтере жүре білуді қалыптастыру; шектеулі алаң бойынша жүру және жүгіру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту; Ені 50 см, 1,5 м қашықтықтағы қақпа арқылы доп тебе білуді жетілдіру, көз өлшемдерін дамыту, педагогтың түсіндірмесін тыңдау, көрсетілімді қадағалау, педагогтің нұсқауларынан кейін басқа балалармен бірге қозғалыстарды орындау; ептілікті дамыту, дене сымбатын дұрыс сақтай білу және тепе-теңдікті сақтау; қоршаған ортаға деген сүйіспеншілікке тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: ұзындығы 3 метр болатын 2 дана жіп, балалардың кіші тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№12(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)төменге қарай секіру 15см биіктіктен Ойын жаттығу: аққояндар 2)шеңберде тұрғызу 3 доғаның астында жүгіріп өту, биіктігі 40см Ойын жаттығу: марғаулар 3)Қимылды ойын:№ 26 Айгөлек
27		Мақсаты: Шыдамдылықты ұйымшылдықты, ойында жол бере білуді дамыту. Бір орыннан ұзындыққа секіруге, аяқпен қатты серпін жасауға үйретуді жалғастыру; тізені жоғары көтере отырып, жүре білуді бекіту; әр түрлі бағытта жүгіру жаттығуларын жүргізу, бүкіл залға оңай және ырғақты жүгіре білуді бекіту, ептілікті дамыту, дене бітімін ұстай білуді және тепе-теңдікті сақтай білуді дамыту; ұйымшылдыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: текшелер, кегли және т.б ойынға қажетті заттар.	1.ЖДЖ№12(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)допты жоғары лақтыру және қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол. 2) он бес см биіктіктен төменге секіру. Ойын жаттығу: парашютисттер 3)Қимылды ойын:№ 24 Қуғыншы

28 Таза ауада	Мақсаты: кеңістікте бағдарлауды назар аударуды дамыту. Педагогке допты лақтыруға және қайта қағып алуға үйрету, допты кең ашылған саусақтармен ұстай білуді қалыптастыру;бір орыннан ұзындыққа(40 см) секіре жаттығу жасау, аяқпен қол қозғалысын үйлестіре,серпіле екпін жасай,жартылай бүгілген аяқпен жеңіл қона білу, педагогтың тапсырмасын тыңдау нұсқаулардан кейін басқа балалармен бірге қозғалыстарды орындау; ептілікті, көз мөлшерін дамыту, қимылдарды үйлестіру; дене жаттығуларына қызығушылыққа,ұйымшылдыққа тәрбиелеу, ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№13(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)бөрене арқылы еңбектеп өту. Ойын жаттығу: тасбақалар 2)педагогтан 1,5м қашықтықта допты лақтыру және қағып алу Ойын жаттығу: мұқият бол. Қимылды ойын:№ 27 Жіптің үстімен доп лақтыру
29	Мақсаты: балалармен бірге ойнауға тәрбиелеу Орындықтан секіру кезінде табандарды июге және жартылай бүгілген аяқтармен қонуға үйрету; шеңберге тұру дағдысын бекіту, өз іс-әрекеттерін басқа балалардың іс-қимылдарымен үйлестіру; үш доғаның астынан төрт тағандап еңбектеп жаттығуды; үш доғаның астында жүйелі қимылдарды орындау дағдысын қалыптастыру; қимылдарды жүйелі орындауды үйрету, педагогтың нұсқауларын дұрыс орындау, шыдамдылықты, суық тию ауруларына төзімділікті дамыту,белсенді демалысқа тәрбиелеу, балалармен бірге ойнауға ықыласын қалыптастыру; жалпақ табанның алдын алу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: ұзындығы 15 см болатын текше, 3 дана доға.	1.ЖДЖ№13(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)еденге қойылған сатыдан аттау. Ойын жаттығу: тырналар 2)шу бум арқылы еңбектеу Ойын жаттығу: бақалар 3)Қимылды ойын:№ 28 Бақалар
30	Мақсаты: Кеңістікке бағдарлауды назар аударуды дамыту. Допты жоғары лақтыруға және саусақтарын ашып алақанмен қағып алуға, орындықтан секіргеннен кейін тепе-теңдікті сақтай білуге, басы мен кеудесін тіке ұстауға, алға қарауға, педагогтың нұсқауларын дұрыс орындай білуге, дем алу -дем шығаруды реттеуге үйрету; шыдамдылықты, ұйымшылдықты, ойында жол бере білуді дамыту. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар,биіктігі 15 см болатын текше.	1.ЖДЖ№13(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)бөрене арқылы еңбектеп өту Ойын жаттығу: көпірден өт 2) педагогтан 1,5м қашықтықта допты лақтыру және қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол 3)Қимылды ойын:№ 27 Жіптің үстімен доп лақтыру
	Мақсаты: тепе-теңдікте сақтау дағдысын бекіту. Бөрене арқылы еңбектеп өтуді үйрету.Қимыл үйлесімділігін, сап-тізбекте өз орнын таба	1.ЖДЖ№14(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)алаңның бір жағынан екінші жағына

31 Таза ауада		білу қабілеттерін дамыту.Кеңістікте бағдарлауды, назар аударуды дамыту; төзімділікке, позитивті әлемді сезінуге, біреуге қуаныш сыйлай білуге тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: бөрене, балалардың шағын тобына арналған доптар.	жүгіру ара қашықтық 10м Ойын жаттығу: спортшылар 2)еденге жатқан заттар арасынан аттау олардың арасындағы қашықтық 20см Ойын жаттығу: жылан 3)гимнастикалық қабырғаны екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтай бойымен еңбектеу Ойын жаттығу: барлаушылар 4) Қимылды ойын:№ 29 Трамвай
32		Мақсаты: балаларды достыққа ұжымшылдыққа бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу. Тепе-теңдікті сақтай отырып,дене бітімін ұстай,тізесін жоғары көтеріп,сатыдан аттауды үйрету. арқылы еңбектеу, қол және аяқ қимылдарын үйлестіруді дамыту, педагогтың нұсқауларын орындай білуді үйрету; шыдамдылықты, ептілікті, назар аударуды дамыту; белсенді демалысты әдетке айналдыруға, балалармен бірге ойнауға тәрбиелеу ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР:саты, бум	1.ЖДЖ№14(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)еденге жатқан жалпақ шеңберге секіру. Ойын жаттығу: қояндар 2)аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру қашықтық 20м Ойын жаттығу: жарысу 3)Қимылды ойын:№ 30 ұялардағы балапан құстар
33		Мақсаты: Заттар арқылы тепе-теңдікті сақтау дағдысын бекіту. Гимнастикалық орындық үстінде жүруге үйрету, тепе-теңдікті,дене сымбатын сақтай білуді дамыту; еденге тігінен орналасқан шеңбер ішінен қол және аяқ қимылдарын үйлестіре отырып,еңбектеп өтуге үйрету ; Жаттығуларды жалпы қарқынмен орындау, дененің дұрыс қалпын сақтау, берілген қозғалыс бағытын сақтау; сапқа тұру және қайта сапқа тұру дағдысын жетілдіру ; ептілікті, шыдамдылықты дамыту; қимыл-қозғалыс белсенділігіне тәрбиелеу ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындықтар, 5-6 дана шеңбер	1.ЖДЖ№14(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру Ойын жаттығу: спортшылар 2 гимнастикалық қабырғаның екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтай бойымен еңбектеу. Ойын жаттығу: Құмырсқалар 3)Қимылды ойын:№ 29 трамвай

34 Таза ауада	Мақсаты: тепе-теңдікте сақтау дағдысын бекіту. Алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл және ырғақты жүгіруге, өзінің жүгіруін басқа балалардың жүгіруімен үйлестіруге, заттар арқылы аттаған кезде тепе-теңдікті сақтау дағдысын бекіту; көлбеу тақтай бойымен еңбектеуге, қол және аяқ қимылдарын үйлестіруге үйрету; суреттердегі бейнені қозғалыспен байланыстыра білуге үйрету; жануарларға ұқыпты қарауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: текшелер, көлбеу тақтайша.	1.ЖДЖ№15(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру ара қашықтық 10м Ойын жаттығу: спортшылар 2)еденге жатқан заттар арасынан аттау олардың арасындағы қашықтық 20см Ойын жаттығу: жылан 3)гимнастикалық қабырғаны екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтай бойымен еңбектеу Ойын жаттығу: барлаушылар Қимылды ойын:№ 1 паравоз
35	Мақсаты: балаларды достыққа ұжымшылдыққа бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу. Екі аяқпен шеңберге секіруге және одан секіруге үйрету; алаңның бір жағынан екінші аяқпен жеңіл және ырғақты жүгіре білуді бекіту, басқа балалармен бірге қозғалыстарды орындай білуді дамыту, педагогтың түсіндірмелерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау; шыдамдылықты, қозғалыстарды үйлестіруді, назар аударуды дамыту; достыққа, ұжымшылдыққа, бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: жалпақ шеңберлер, сылдырмақ, 3-4 дан а қарапайым шеңберлер.	1.ЖДЖ№14(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)еденге жатқан жалпақ шеңберге секіру. Ойын жаттығу: қояндар 2)аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру қашықтық 20м Ойын жаттығу: жарысу 3)Қимылды ойын:№ 3 ақ қоян
36	Мақсаты :балаларды мейірімділікке төзімділікке тәрбиелеу. Негізгі қозғалыстар:саптізбекте бір-бірден жүруге үйрету, музыка ырғағына сәйкес,саптізбекте нақты және ырғақты қозғала отырып жүруге үйрету; еденге (қолмен) қойылған саты арқылы аттап жаттығу жасау, тізені жоғары және аяқ ұшын көтеріп қозғалу қозғалу дағдысын бекіту, кеудені тік ұстау, тұрақты тепе-теңдікті сақтау; қимылдарды үйлестіру мен мәнерлілігін дамыту; дене шынықтыру сабақтарына оң пікір қалыптастыру, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: саты,доп.	1.ЖДЖ№15(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)гимнастикалық қабырғаның екінші жартысына бекітілген көлбеу тақтай бойымен еңбектеу Ойын жаттығу: барлаушылар 2) педагогтан 1м қашықтықта допты лақтыру және қағып алу Ойын жаттығу:өз орнынды тап 3)Қимылды ойын:№2 ұшты-ұшт

37 Таза ауада	Желтоқсан	Мақсаты: тепе-теңдікте сақтау дағдысын бекіту. Шеңбер бойымен сапқа тұруға, сапқа тұрғызуда өз орнын тез табуға, музыкамен бірге, ырғақты қозғала отырып, музыкалық шығарманың әрбір бөлігінің басталуы мен аяқталуын атап өтуге үйретуді жалғастыру; көлбеу тақтамен жүгіріп жаттығуды, қозғалысты бірізділікпен үйлестіруді дамыту; батылдыққа тәрбиелеу ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: көлбеу тақтайша, мяч	1.ЖДЖ№16(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру ара қашықтық 10м Ойын жаттығу: спортшылар 2)еденге жатқан заттар арасынан аттау олардың арасындағы қашықтық 20см Ойын жаттығу: жылан 3)гимнастикалық қабырғаны екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтай бойымен еңбектеу Ойын жаттығу: барлаушылар Қимылды ойын:№ 4 қасқырлар мен лақтар
38		Мақсаты: кеңістікте бағдарлауды назар аударуды дамыту. Көлбеу тақтайша бойынша төрт тағандап еңбектеу, одан оңай шығуға үйрету; допты педагогқа лақтырып, саусақтары кең ашылған алақанмен допты қағып алу дағдысын бекіту; ептілікті, шыдамдылықты, қимылдарды үйлестіруді дамыту; тұрмыстық элементтермен танысу арқылы балалардың ой-өрісін дамыту;мейірімділікке, төзімділікке тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР:көлбеу тақтайша, балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№16(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру ара қашықтық 10м Ойын жаттығу: спортшылар 2)еденге жатқан заттар арасынан аттау олардың арасындағы қашықтық 20см Ойын жаттығу: жылан 3)гимнастикалық қабырғаны екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтай бойымен еңбектеу Ойын жаттығу: барлаушылар Қимылды ойын:№ 4 қасқырлар мен лақтар
39		Мақсаты : Тапсырмаларды орындай отырып зал бойынша жүруде жаттығу. Еденге қойылған заттар арқылы (олардың арасындағы ара қашықтық 25 см) аттап өтуге,денесін тік ұстауға үйрету; көлбеу тақтайшамен еңбектеп жүру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру, ептілікті дамыту; Күрделі емес тапсырмаларды орындай отырып, зал бойынша жүруде жаттығу; саптізбекте өз орнын таба білуді, кеңістікте бағдарлауды, назар аударуды дамыту; жануарларға ұқыпты қарауға тәрбиелеу . ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР:текшелер,көлбеу тақтайша.	1.ЖДЖ№16(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру ара қашықтық 10м Ойын жаттығу: спортшылар 2)еденге жатқан заттар арасынан аттау олардың арасындағы қашықтық 20см Ойын жаттығу: жылан 3)гимнастикалық қабырғаны екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтай бойымен еңбектеу Ойын жаттығу: барлаушылар

			Қимылды ойын:№ 4 қасқырлар мен лақтар
40 Таза ауада		Мақсаты: дене шықтыру мен айналысуға деген қызығушылыққа тәрбиелеу. Еденге тігінен орналасқан шеңбер ішінен еңбектеуді үйрету, топтастыру іскерлігін дамыту; допты жоғары лақтыру және өзіне қыспай ұстап алу іскерлігін бекіту; доппен жүруде жаттығу, допты түсі бойынша орналастыру іскерлігін, қозғалысты дәйекті орындау іскерлігін дамыту; ойыншықтарға ұқыпты қарауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: 3-4 дана шеңбер, балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№17(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)педагогқа 1,5м ара қашықтықта допты лақтыру одан допты қағып алу. Ойын жаттығу: сен маған мен саған 2)еденге жатқан жалпақ шеңберге секіру. Ойын жаттығу: аққояндар 3)Қимылды ойын:№ 6 төбеде доп қуу
41		Мақсаты: ептілікті шапшаңдықты көз мөлшерді дамыту. Педагогке 1,5 м қашықтықта саусақтары кең ашылған алақанмен допты лақтыруға және одан допты қағып алуға үйрету; еденде жатқан жалпақ шеңберге секіруге жаттығу, екі аяқты бір уақытта екпінді серпілу және аяқ ұшымен қону іскерлігін бекіту; дене бітімін дұрыс ұстап және тепе-теңдікті сақтай отырып еркін жүру және жүгіру дағдысын жетілдіру, ; ептілікті, шыдамдылықты, қимылдарды үйлестіруді дамыту; дене шынықтырумен айналысуға деген қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: еркін жүру және жүгіру дағдысын жетілдіру,	1.ЖДЖ№17(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) көлбеу саты үстімен өрмелеу Ойын жаттығу: өрмекші 2)гимнастикалық орындықта жүру ені20см биіктігі 20см Ойын жаттығу: қояндар 3)Қимылды ойын:№ 7 Ақ сандық, көк сандық
42		Мақсаты: ептілікті шапшаңдықты көз мөлшерді дамыту. Көлбеу саты үсітмен өрмелеуге үйрету; тіректің жоғары жағымен жүргенде тұрақты тепе-теңдікті және дене түзілісін дұрыс ұстап жүруді бекіту; қозғалыс тәжірибесін физикалық жаттығулар мен қозғалмалы ойындардың әр түрлі түрлерімен байыту, қозғалыстың басталуы мен аяқталуы кезінде белгіні қабылдай білуді жетілдіру; ептілікті, шапшаңдықты, көз мөлшерді дамыту; төзімділікке,мейірімділікке тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: көлбеу саты,гимнастикалық орындықтар.	1.ЖДЖ№17(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) көлбеу саты үстімен өрмелеу Ойын жаттығу: өрмекші 2)гимнастикалық орындықта жүру ені20см биіктігі 20см Ойын жаттығу: қояндар 3)Қимылды ойын:№ 7 ақ сандық, көк сандық

43 Таза ауада	Мақсаты дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу Табандарды бүгуге және орындықтан секіру кезінде жартылай бүгілген аяқтарға Жерге түсуге үйрету. Еңіс баспалдақпен қосымша қадаммен өрмелеу; педагогтың нұсқауларын мұқият тыңдай білуді қалыптастыру, көрсетілімді қадағалау; ептілікті, күш-жігерді дамыту; белсенді демалысқа әдетті тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: биіктігі 20 см текше, көлбеу тақтайша.	1.ЖДЖ№18(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) бағыт ауыстыра отырып жүгіру Ойын жаттығу: мұқият бол 2) биіктіктен төменге секіру Ойын жаттығу: парашютист 3) көлбеу сатымен өрмелеу Ойын жаттығу өрмекші 4)Қимылды ойын:№ 8 күн мен түн
44	Мақсаты: дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу Саптізбектен шықпастан бағыт ауыстыра отырып, жүгіруге үйрету; орындықтан секіргеннен кейін тепе-теңдікті сақтау, басын және кеудесін тік ұстау, алға қарай қарау. Көлбеу сатымен өрмелеуде жаттығу координациясы мен батылдығын, сапқа тұру кезінде өз орнын таба білуін, шапшаңдығын, кеңістікте бағдарлау қабілетін дамыту; ұлдардың қыздарға құрметпен қарауға, дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындықтар, көлбеу саты, сылдырмақ.	1.ЖДЖ№18(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) бағыт ауыстыра отырып жүгіру Ойын жаттығу: мұқият бол 2) биіктіктен төменге секіру Ойын жаттығу: парашютист 3) көлбеу сатымен өрмелеу Ойын жаттығу өрмекші 4)Қимылды ойын:№ 8 күн мен түн
45	Мақсаты : дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу Еденнен екі аяқты қатты екпінмен серпіле , заттар арасынан секіруге үйрету; бағытты ауыстыру барысында жүру мен жүгіру жаттығуы, қозғалыс бағытын өзгерту, жүру мен жүгіруді кезектестіру, саптізбек тәртібін бұзбай, гимнастикалық орындықта тепе-теңдікті сақтау, жаттығуларды орындау кезінде тыныс алуды ұстай білу; ұсақ моториканы, күш пен ептілікті дамыту; дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа, денсаулығына күтіммен қарауға тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР : гимнастикалық орындықтар, балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№18(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) бағыт ауыстыра отырып жүгіру Ойын жаттығу: мұқият бол 2) биіктіктен төменге секіру Ойын жаттығу: парашютист 3) көлбеу сатымен өрмелеу Ойын жаттығу өрмекші 4)Қимылды ойын:№ 10 түлкі мен қаздар

46 Таза ауада	Мақсаты балалардың ұсақ моториканы күш пен ептілікті дамыту. Допты еденге тігінен төмен қарай лақтыруға және доп секіргеннен кейін екі қолмен ұстап алуға үйрету; жартылай бүгілген аяқпен серпіле, жаймен қонып, зат арқылы секіру іскерлігін бекіту, ептілікті, шыдамдылықты, қимылдарды үйлестіруді дамыту; тұрмыс элементтерімен танысу арқылы балалардың ой-өрісін кеңейту; мейірімділікке, төзімділікке тәрбиелеу. ҚАЖЕТТІ ҚҰРАЛДАР балалардың шағын тобына арналған доптар, текшелер.	1.ЖДЖ№19(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) екі аяқпен заттар арасынан секіру биіктігі 5см Ойын жаттығу: қояндар 2) бағытты ауыстыра отырып, жүру және жүгіру Ойын жаттығу: мұқият бол 3) гимнастикалық орындықта жүру биіктігі 30см ені 20см Ойын жаттығу пингвиндер 4) Қимылды ойын: № 4 ит пен қоян
47	Мақсаты: тұрмыс элементтерімен танысу арқылы балалар ой өрісін кеңейту. Гимнастикалық орындықтардан қолдар мен аяқ қимылдарын үйлестіре асып шығуға үйрету; еркін, табиғи түрде жүру және жүгіре білуді бекіту, тепе-теңдікті сақтай отырып, дене түзілісін сақтау, ептілікті, шыдамдылықты, қимылдарды үйлестіруді дамыту; дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу. тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындықтар, балалардың шағын тобына арналған доптар, кегли.	1.ЖДЖ№19(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) допты еденге лақтыру және қолмен қағып алу Ойын жаттығу: қағып ал 2) екі аяқпен заттар арасынан секіру биіктігі 5см Ойын жаттығу: қояндар 3) Қимылды ойын: № 14 аңшылар мен қояндар
48	Мақсаты : дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа денсаулығына күтіммен қарауға тәрбиелеу. Кірпіштен кірпішке аттауға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету; қимылдарды үйлестіруді дамыту; кедергілер арасынан аттап өтуді бекіту, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру, қимыл-қозғалыс тәжірибесін дене жаттығуларының әртүрлі түрлерімен байыту, жаттығуларды орындау кезінде дем алуды ұстамау; қолдың ұсақ моторикасын, күш пен ептілікті дамыту; дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа, денсаулығына күтіммен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: кірпіштер, гимнастикалық орындықтар.	1.ЖДЖ№19(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) 15 см қашықтықта орналасқан кірпіштен келесі кірпішке аттап жүру Ойын жаттығу: пингвиндер 2) гимнастикалық орындықтар арқылы 4 тағандап еңбектеу. Ойын жаттығу: барлаушылар 3) Қимылды ойын: № 13 ормандағы аю

49 Таза ауада	Қаңтар	Мақсаты: қол және аяқ қозғалысын үйлестіре отырып, тізені жоғары көтере жүре білуді қалыптастыру. Жануарлардың қимылдарын бейнелеп беруге үйрету; шектеулі алаңда тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту; допты қақпаға жылдам домалатуға үйрету, педагогтың нұсқауларын дұрыс орындау білктілігін қалыптастыру; төзімділікті, ептілікті, зейінді дамыту; белсенді демалысқа, экологиялық мәдениетке әрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: кірпіштер, балалардың шағын тобына арналған доптар,	1.ЖДЖ№11(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)тізені жоғары көтеріп жүру. Ойын жаттығу: тырналар 2)жалғыз аяқ жолда жүру және жүгіру ені25см ұзындығы 2,5м Ойын жаттығу: спортшылар 3)қақпа арқылы допты домалату ені 50см, арақашықтығы 1,5м Ойын жаттығу: сен маған мен саған. 4)Қимылды ойын:№ 16 тым - тырақай
50		Мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу Еденнен екі аяқпен екпінді серпіле, заттар арасынан секіруге үйрету; жануарлардың қимылын бейнелеу қабілетін бекіту; доп қозғалысының бағытын сақтай отырып, допты бір-біріне домалату жаттығын жасау, бірлесіп, барлық қарқынмен бірдей қимылда әрекет ете білуді қалыптастыру; қозғалыс үйлесімі мен мәнерлілігін дамыту; дене шынықтыру сабақтарына оң пікір қалыптастыру,ұйымшылдыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: 10 см биіктікте пластикалық бағана,аудиодыбыс.	1.ЖДЖ№11 2.Негізгі қимылдар: 1)бір орнынан ұзындыққа секіру қашықтық 40см Ойын жаттығу: кенгуру 2)тізені жоғары көтере жаяу жүру. Ойын жаттығу: тырна 3)әр түрлі бағытта жүгіру Ойын жаттығу: спортшылар. 4)Қимылды ойын:№ 15 аюлар мен аралар
51		Допты 2 метр қашықтықта тұрып көтерілген қолдың биіктігіне тартылған жіптен асыра лақтыруды үйрету. Қолды тіке ұстап ,заттар үстінен секіру күшпен серпіле секіріп, жартылай бүгілген аяқтармен жерге жаймен қонуды дағдыландыру, қозғалысты үйлесімді түрде орындай білуді бекіту; ойыншықтарға ұқыпты қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: 10 см биіктікте пластикалық бағана,балалардың шағын тобына арналған доптар.	1. ЖДЖ № _ 2. НҚҚ: - диаметрі 25 см допты қос қолымен басынан асыра жіп үстінен лақтыру; - екі аяқпен заттар үстінен секіру (биіктігі 10 см). 3. «Көпірден еңбектеп өт»

52 Таза ауада		Мақсаты: педагогтың тапсырмасын тыңдау, орындау Гимнастикалық қабырғаға шығуға және одан түсуге, белдемені дұрыс ұстауға үйрету. Допты алға - жоғары қарай екпінмен бағыттап білуді қалыптастыру; жаттығуларды жалпыға ортақ қарқынмен орындай білуді бекіту, жағдайды дұрыс сақтау; Қарапайым сапқа тізілу және қайта сапқа тұру дағдыларын жетілдіру; ептілікті, шыдамдылықты дамыту; белсенді демалысқа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық қабырға, балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.Ж.Д.Ж.№ 15(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Доптарды бір-біріне лақтыру, 1,5метр қашықтықтан (төменнен екі қолмен әдіс) Ойын жаттығу:Қағыш ал 2)Тепе-теңдікті сақтау, гимнастикалық орындықта жүру, екі қолы екі жақта, басына қашық қою. Ойын жаттығу: Пингвин Қимылды ойын:№6 Төбеде доп қуу.
53		Мақсаты: Доғаның астынан өтуге үйрету. Кедергілер арқылы аттап өтуге үйрету: тізені жоғары көтеру және аяқтың ұшымен тұрып, кеудені тіке ұстау, тұрақты тепе-теңдікті сақтау; гимнастикалық қабырғаға көтерілу және одан түсу біліктілігін бекіту, қимылдарды үйлестіруді, батылдық, таныс қозғалысты жеңіл және еркін, ырғақты және үйлесімді орындау дағдысын дамыту; кеңістікке бағдарлай және тепе-теңдікті сақтай отырып, ептілікті, шапшаңдықты, тапқырлықты дамыту; белсенді демалысқа әдетке айналдыруға, қимыл-қозғалыста болуға, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: рейкалар, кубтар, гимнастикалық қабырға	1.ЖДЖ№16(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)алақандармен аяқтарды тіреуішпен төрт аяғымен алға қарайқозғау, ара қашықтық 3-4 метр 2 рет қайталау Ойын жаттығу: ормандағы аю 2) толтырылған доптармен үстінен басып, тізелепді жоғары көтеріп, қолды белдікке қойып доптарға тигізбей жүру. Доптар баланың екі үш адыммен орналасады. Ойын жаттығу: Ұқыпты бол Қимылды ойын: №20 Қазан доп.
54		Мақсаты: қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту. Диаметрі 15 см допты астынан қос қолымен көлденең нысанаға лақтыруға, доп артынан қолды түзетуге үйрету; көз мөлшерін дамыту; допты домалатуды бір аяқпен орындау дағдысын бекіту, секіру жаттығуын орындауда кеуде мен басын тік ұстап тұру; халық дәстүрлерімен, ойындармен танысу арқылы баланың мәдениеті мен қимыл-қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру; шыдамдылықты, қимыл-қозғалысты үйлестіруді, назар аударуды дамыту; төзімділікке, достыққа, ұжымшылдыққа, бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу.	1.ЖДЖ№17(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) гимнастикалық орындықта жүру, орындықты бүйірінен ұстау Ойын жаттығу: « ағашқа өрмелеу » 2) тепе-теңдік гимнастикалық орындық үстімен жүру, қол бастың артында, орындықтың соңында төмен қарай адымдап түсу Ойын жаттығу: «цирке » Қимылды ойын № 29 Трамвай.

55 Таза ауада	Мақсаты: бір-біріне допты кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. Шектеулі алаңда алақан мен тізеге тіреліп еңбектеуді үйрету; допты дұрыс нысанаға бағыттай білуге және артынша қолды түзете білуге үйрету, педагогтың түсіндірмесін тыңдау, көрсетілімді қадағалау, шыдамдылықты дамыту, қозғалыстарды үйлестіру, назар аудару; ұлттық салт-дәстүрлермен, ойындармен танысу арқылы баланың мәдениеті мен қимыл тәжірибесін байыту. ҚҰРАЛДАР: тақтайша, қапшықтар	1.Ж.Д.Ж.№ 18(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Доптарды бір-біріне 2 метр қашықтықтан лақтыру (әдіс-бастың арт жағынан екі қолымен, аяқтар иық еніндей қалыпта) Ойын жаттығу: Допты лақтыр 2)Алақандар мен аяқтардағы тіреуішпен алға қарай қозғалу , ара қашықтығы 3-4 метр, 2рет қайталау Ойын жаттығу: Ормандағы аю. Қимылды ойын:№13 Ормандағы аю
56	Мақсаты: тепе-теңдікті сақтауды дамыту. Жылдам қарқынмен жүгіруге, кең қадам жасауға, бір-біріне кедергі келтірмеуге үйрету; аттап жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту, баспалдақты рейкалар арқылы ырғақты аттай білуді, тізені жоғары көтеруді және аяқ ұшымен жүре білуді бекіту, жеңіл және еркін жүруді орындау, ептілікті, шапшаңдықты, тапқырлықты дамыту; мейірімділікке, айналасындағыларға мейіріммен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: саты	1.ЖДЖ№19(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)тепе-теңдік:арқанмен жүру, арқанға өкшемен жүру, қол белде Ойын жаттығу: қояндар 2) допты жоғары лақтыру және оны екі қолмен ұстап алу, ерікті түрде.(Балалар залда еркін орналасады) Ойын жаттығу: Қоянды табайық Қимылды ойын: №9 Көгі-көк
57	Мақсаты: шашырап, жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру Екі аяқпен кезекпе-кезек секіруді орындауға, бір аяқты екпінді итеруге және екінші аяқпен секіруге үйрету; жылдам қарқынмен жүгіре білуді бекіту, қолдың белсенді қозғалысын қадаммен ұштастыру, шеңберді тарылтпау; көлбеу тақтамен жүгіріп жаттығуды, қозғалыстарды үйлестіруді, ептілікті дамыту; қоршаған әлемге оң көзқарасты қалыптастыру. Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: көлбеу тақтай, шеңбер	1.ЖДЖ№20 2.Негізгі қимылдар: 1) гимнастикалық орындықта секіру , биіктігі 25 см 4-6 рет қайталау Ойын жаттығу: « жолмен жүреміз, секіреміз » 2) доптарды бір-біріне лақтыру , 2 метр қашықтықтан әдіс (төменнен екі қолмен) 10-12 рет Ойын жаттығу: «шар жарылды » Қимылды ойын № 10 Түлкі мен қаздар

58 Таза ауада	Мақсаты: допты екі қолымен қағып алуға үйрету. Шектеулі алаңда дене сымбатын сақтай отырып, алға жылжи отырып,көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету; алақанды тіреп баспалдақпен еңбектеу дағдысын бекіту, қол және аяқ қимылдарын үйлестіру, педагогтың нұсқауларын дұрыс орындау, дем алу- дем шығару фазасын реттеу, шыдамдылықты, ұйымшылдықты дамыту, өз орнын таба білу; мейірімділікке, ойында жол беруге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: көлбеу тақтайша, тақтай.	1.Ж.Д.Ж.№ 21(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Кішкентай допты бір қолымен еденге 3-4 рет қатарынан соғып, екі қолымен ұстап алу, 3-4 рет қайталау Ойын жаттығу: кімнің дауысы? 2)Екі аяқпен секіру, алға жылжу, аяқты алшақ аттап, аяқпен бірге секіру және т.б. қашықтық 3 метр, бірнеше рет қайталау. Ойын жаттығу: Қоян мен түлкі Қимылды ойын:№8 Күн мен түн.
59	Мақсаты: өз күшіне сенімділік сезімін дамыту Жүгіру бағытын сақтай отырып,шағын қадамдармен баяу қарқынмен жүгіруге үйрету; бір-бірінен 1 метр ара қашықтықтағы заттар арасынан допты «жыланша» тебу, заттарды сол және оң жағынан айналып өтуін бекіту;көлбеу тақтайша бойымен бағытын өзгерте,тепе-теңдікті сақтай отырып жүру дағдысын бекіту;суретте көрсетілгендей бейнеге сәйкес қимыл қозғалысын үйлестіру,ептілікті,күштілікке қабілеттерін дамыту; белсенді демалысты әдетке айналдыруға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: көлбеу тақтайша, балалардың шағын тобына арналған доптар, кегли.	1.ЖДЖ№22(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)кішкентай допты 1қолымен еденге 3-4 рет қатарынан соғып, екі қолмен ұстап лау, 3-4 рет қайталау. Ойын жаттығу: бер, ал! 2) екі аяқпен секіру, алға жылжу, аяқты алшақ аттап, аяқпен бірге секіру, бірнеше рет қайталау. Ойын жаттығу: Кенгуру Қимылды ойын: №16 Тым тырақай.
60	Мақсаты: көлбеу жазықтың үстінде жүруге үйрету. Тіке шоқырақты орындауға, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіруге үйрету; шеңберді кішірейтпей, қолдың табиғи қозғалысымен баяу қарқынмен жүгіру, шыдамдылықты дамыту; еденге тігінен орналасқан құрсаудан еңбектеп өтуге жаттықтыру; қозғалыстардың айқындылығын, икемділігін дамыту, еркін және табиғи түрде жүру және жүгіре білу, дене бітімін тік ұстап тұру және тепе-теңдікті сақтау, топтық сап құрау кезінде өз орнын табу; жануарларға ұқыпты қарауға тәрбиелеу ҚҰРАЛДАР: Здана құрсау	1.ЖДЖ№22(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) тепе-теңдік, арқанмен жүру Ойын жаттығу: Тақа 2) екі аяқпен секіру, 2-3 рет қайталау. Ойын жаттығу: Құрсаудан секіріп өт! Қимылды ойын № 9 Көгі-көк

61 Таза ауада	Ақпан	Мақсаты: жылдамдық пен ептіліктерін дамыту. Диаметрі 15 см допты екі қолымен көлденең бағытта кеудесінен асыра лақтыруға, қолды жігерлі түзетуге, көз мөлшерін дамытуға үйрету; тіке шоқырақты орындау, қол және аяқ қозғалысын үйлестіру дағдысын бекіту; бір-біріне кедергі келтірмей, шеңберге шығып, шеңбер бойымен жүре білуіне жаттығу жасау; түзу және қайта сапқа тұру дағдысын жетілдіру, еркін жүру және жүгіре білу, тепе-теңдікті сақтай отырып, ептілікті, төзімділікті дамыту: дене шынықтырумен айналысуға қызығушылығын тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: лақтыруға арналған дорбашалар, гимнастикалық қабырға.	1.Ж.Д.Ж.№ 24(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Жүру, толтырылған доптардың үстімен басу,тізелерін жоғары көтеріп, қолда белбеуін ұстау.(2-3рет) Ойын жаттығу: Марғаулар 2)Қолдың жігерлі толқының қолдана отырып, шнурдың үстімен оңға және солға секіру, алға жылжу (2-3 рет) Ойын жаттығу: Ақ қояндар 3. Қатарда тұрып доптарды бір-біріне допты кеуде тұсынан лақтыруға үйрету. Қимылды ойын:№6 Төбеде доп куу
62		Мақсаты: Балаларды еңбектеп жүруге үйрету. Бірнеше кедергілерден өту , қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру, ептілікті дамыту; допка дұрыс траектория беруге, қолды жігерлі қозғалыспен түзете білуді бекіту; қозғалысты дұрыс орындау, педагогтың нұсқауларын дұрыс орындау. Төзімділікті, зейінді дамыту ; белсенді демалысты әдет етуге,мейірбандылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:модульдар, лақтыруға арналған доптар	1.ЖДЖ№22(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Гимнастикалық орындықта жүгіру,орындықта бүйірінен қолданыста. Ойын жаттығу: Ағашқа өрмелеу. 2) Тепе-теңдікті гимнастикалық орындықта жүру. Орындықта соңында төмен қарай адымдап түсу. Ойын жаттығу: Көпірден өт. Қимылды ойын: №17 Кім баяу?
63		Мақсаты: Жылдамдық және ептілікті дамыту. Бөренемен жүруге, жоғары тіректе тепе-теңдікті сақтауға үйрету; кедергілерден өте білуді бекіту, қол және аяқ қимылдарын үйлестіруді дамыту; жүру және бағытты ауыстыра отырып жүгіру жаттығулары, қозғалыс бағытын өзгерту, жүріс тәртібін бұзбай жүруді және жүгіруді кезектестіруді дамыту; педагогтың нұсқауларын дұрыс орындай білуді қалыптастыру, дем алу-дем шығару фазасын реттеу. Шыдамдылықты, ұйымшылдықты, өз орнын таба білуді дамыту; мейірімділікке, ойында жол бере білуге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық бөрене.	1.ЖДЖ№24(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) тепе-теңдік гимнастика орындықта жүру (ортасында тоқтау,бұрылу, әрі қарай жүру,орындықтан түсу және өз бағытыны оралу) Ойын жаттығу: Тышқандар. 2) Штангаларды үстінен секіру (штанга биіктігі 10см) олардың арасындағы қашықтық 40см (3есе) Ойын жаттығу: Аюлар.. Қимылды ойын № 22 Тышқан

			аулау.
64 Таза ауада		Мақсаты: керіп тартылған жіптердің астынан өту. Тіректің шектеулі алаңында тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту; қозғалыс арқылы музыкалық бейнелерді бере білуді, еркін жүре және жүгіре білуді жетілдіру, Ептілікті, шыдамдылықты, қозғалыстарды үйлестіруді дамыту; төзімділікке, дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық бөрене.	1.Ж.Д.Ж.№ 24(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) екі аяқпен секіру, бір-бірінен 0,5 м қашықтықта жатқан 5-6 қысқа сымдар арқылы секіру, 2-3 рет қайталау Ойын жаттығу: Қояндар 2)Доптарды бір-біріне домалату, (арақашықтық 2 м) қатарда әдіс тізе бүгу жағдайда (10-12 рет қайталау) Ойын жаттығу: Мен саған, сен маған. 3)далада шанамен сырғанау Мақсаты: шанамен сырғанауды жаттықтыру. Қимылды ойын:№3 Ақ қоян.
65		Мақсаты: доптарды лақтырып, қағып алуға үйрету. Тепе-теңдікті сақтай отырып, заттар арасынан "жыланша" жүруге үйрету; жартылай иілген аяқтармен жерге қонып, екі сызықтан секіру жаттығуларын жүргізу; доғаның астынан өту, заттар арасынан еңбектеп өту дағдысын бекіту; қимыл-қозғалыс тәжірибесін дене жаттығулары мен қозғалмалы ойындардың әр түрлі түрлерімен байыту; жаттығуларды орындау кезінде дұрыс тыныс алуды қалыптастыру. Қолдың ұсақ моторикасын, күшін, ептілігін дамыту; дене шынықтырумен айналысуды әдетке айналдыруға, денсаулыққа қамқорлық жасауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:кегли, екі таспа, доға 4 дана.	1.ЖДЖ№25(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Доптарды бір-біріне лақтыру (10-12 рет). Ойын жаттығу: мен саған, сен маған. 2) гимнастикалық орындықта жүру, қолымызды көтеріп. Ойын жаттығу: Күн сәулесі Қимылды ойын: №8 Күн мен түн
66		Мақсаты: шапшаңдық , ептілікті дамыту. Екі аяқпен бір уақытта секіруге және жерге қонуға үйрету; ырғақты жүру және аяқ ұшымен оңай жүгіре білуді бекіту, дене сымбатын дұрыс сақтау; заттар арасынан еңбектеп өтуге жаттығу, қол және аяқ қимылдарын үйлестіруді дамыту; қолда бар тәжірибені пайдалана білуді қалыптастыру, суретті қозғалыспен сәйкестендіру; ептілікті, күшті дамыту; ойнауға, ойын ережелерін сақтай білуге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: кегли	1.ЖДЖ№25(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) екі аяқпен секіру , бір бірінен 0,5 қашықтықта жатқан кегли арасымен өтіп кету. Ойын жаттығу: Ақ қояндар. 2) тепе-теңдікті сақтау, гимнастикалық орындықта жүру. Ойын жаттығу: Жылан. Қимылды ойын № 1 Паравоз

67 Таза ауада		Мақсаты: көз мөлшерін дамыту Алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл және ырғақты жүгіруге, өзінің жүгіруін басқа балалардың жүгіруімен үйлестіре білуге үйрету; заттар арқылы аттаған кезде тұрақты тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту; көлбеу тақтайша бойымен еңбектеу жаттығуын, қимылдарды үйлестіруді, батылдықты дамыту; кеңістікте жылдам әрі еркін, ырғақты және үйлесімді бағдарлай отырып және тепе-теңдікті сақтай отырып таныс қозғалысты орындай білуді қалыптастыру; ептілікті, шапшаңдықты, тапқырлықты дамыту; жануарларға ұқыпты қарауға тәрбиелеу ҚҰРАЛДАР: текшелер, көлбеу тақтайша, гимнастикалық қабырға.	1.Ж.Д.Ж.№ 27(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) доптарды бір-біріне лақтыру, 10-12рет Ойын жаттығу: Ұқыпты бол 2)таза ауада ойнайтын ойындар, қар лақтыру Ойын жаттығу: Атыспақ. Қимылды ойын:№15 Аюлар мен аралар
68		Мақсаты: ептілікке үйрету. Еденге тігінен орналасқан құрсаудан еңбектеп өтуге үйрету, қол мен аяқ қозғалысын үйлестіре білуді дамыту; допты лақтыру мен қағып алуға жаттығу жасау, допты жоғары қарай бар күшімен лақтырып, денеесіне тигізбей ұстай білуді дамыту; жаттығуларды жалпы барлық қарқынмен орындау дағдысын бекіту, дененің дұрыс жағдайын сақтау, берілген қозғалыс бағытын сақтау; сапқа тұру мен қайта сапқа тұрудың қарапайым дағдыларын жетілдіру; ептілікті, шыдамдылықты дамыту; белсенді демалысқа, ойыншықтарға ұқыпты қарауға, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:құрсаулар,балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№28(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Доптарды бір-біріне лақтыру Ойын жаттығу: мен саған, сен маған. 2) гимнастикалық орындықта төртаяқтап еңбектеу Ойын жаттығу: Аю ағашқа мінеді. 3)Қатарда тұрып допты бір-біріне домалатып өткізу Ойын жаттығу: Бұлақ. Қимылды ойын: №27 Жіптің үстімен доп лақтыру.
69		Мақсаты: екі аяқпен секіруге үйрету. Бір екпін мен ырғақты сақтай отырып, шеңбер бойымен жүгіруге үйрету; шектеулі алаңда тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту; қолдарын күрт қозғалыспен түзете отырып, допты кеудесінен асыра екі қолмен лақтыруға жаттығу. Жаттығуларды барлық қарқынмен орындау, дененің дұрыс жағдайын сақтау, берілген қозғалыс бағытын сақтау, сапқа тұру мен қайта құру дағдысын жетілдіру, бірге ойнай білуге, бір-біріне жол беруге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:3 м бау, балалардың шағын тобына арналған доптар, гимнастикалық орындық.	1.ЖДЖ№28(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) обручтан обручка секіру Ойын жаттығу: көжектер. 2) гимнастикалық орындықта жүру Ойын жаттығу: Пингвин 3)Жыланның үстімен жүру, үстіне секіру. Ойын жаттығу: Жылан Қимылды ойын № 1 Паравоз

70 Таза ауада		Мақсаты: далада орындалатын ойындарды, эстафета түрлерін үйрету. Еденнен екі аяқты жігерлі итеріп, зат арқылы секіруге үйрету; жоғары тіректе тепе-теңдікті сақтай білуді жаттықтыру. Ұлттық салт-дәстүрлермен, ойындармен танысу арқылы баланың мәдениеті мен қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту; төзімділікке, достыққа, ұжымшылдыққа, бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: текшелер, гимнастикалық орындық.	1.Ж.Д.Ж.№ 30(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру(арақашықтық 10метр) Ойын жаттығу: Кім тез? 2)дөңгелек арасымен жүру (жыланша) Ойын жаттығу: Жылан 3)аяқ ұшымен жүру. Ойын жаттығу: кім тыныш? Қимылды ойын:№17 кім баяу?
71		Мақсаты: бірігіп ойнауға үйрету Допты еденге төмен қарай лақтыруға және лақтырғаннан кейін екі қолмен қағып алуға үйрету ;нұсқаушының түсіндірмелерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау; төзімділікті, қозғалыстарды үйлестіру, зейінді дамыту; қоршаған ортаға оң көзқарасқа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: текшелер, балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№1(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) қолдарынан ұстап, шеңбер бойымен жүру: ирелең орналасқан баудың бойымен жүру. Ойын жаттығу: Шынжыр. 2) допты қос қолымен ұстап, кеудесінен асыра лақтыру. Ойын жаттығу: Мергендер. Қимылды ойын: №18 Соқыртеке.
72		Мақсаты: бір аяқпен секіруге үйрету. Допты көтерілген қолдың биіктігіне созылған бау арқылы 2 м қашықтықта тұрып, қолды екпінді түзей отырып лақтыруға үйрету; күшпен итеріп, жартылай бүгілген аяқтарымен жерге жеңіл қону дағдысын іске асыра отырып, зат арқылы секіру дағдысын бекіту; сапқа тұру және қайта сапқа тұру дағдысын жетілдіру; жаттығуларды орындау кезінде дұрыс дем алуды қалыптастыру; ұсақ моториканы, күшті, ептілікті дамыту; дене шынықтыру сабақтарына қызығушылыққа тәрбиелеу ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар, текшелер.	1.ЖДЖ№1(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) қосаяқтап заттан секіру (биіктігі 5см) бағытты алмастырып отырып жүру және жүгіру Ойын жаттығу: Қояндар 2) гимнастикалық орындықта жүру (биіктігі 30см ені 20см) Ойын жаттығу: Көпірден өт Қимылды ойын № 14 аңшылар мен қояндар.

73 Таза ауада	Наурыз	Мақсаты: түрлі тәсілдермен жүгіруге үйрету. Гимнастикалық қабырғаға шығуға және одан түсуге, төрт саусақты жоғары, бас бармақты төмен жіберіп белден ұстау. Допқа дұрыс траектория беріп, допты алға бағыттау -қолды жоғары тіке бағыттап білуді бекіту; қимыл-қозғалыс тәжірибесін дене жаттығуларының әртүрлі түрлерімен байыту, қимыл-қозғалысты үйлестіру; қайырымдылыққа, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық қабырға, балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.Ж.Д.Ж.№ 1(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қолдарынан ұстап шеңбер бойымен жүгіру. Ойын жаттығу: Ақ қояндар 2) допты қос қолымен ұстап, кеудесінен асыра лақтыру. Ойын жаттығу: Мергендер. Қимылды ойын:№11 Ит пен қоян.
74		Мақсаты: жоғарыға өрмелеуге үйрету. Шашырап жүру және жүгіру,ұзындыққа секіруге үйрету.Допты домалатуда ептілікті дамыту.Спортпен айналысуға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: құрсау, балалардың шағын тобына арналған доптар,ойынға арналған заттар	1.ЖДЖ№4(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) гимнастикалық қабырғаға шығу және түсу. Ойын жаттығу: Өрт сөндірушілер 2) диатметрі 15см болатын допты қос қолымен басынан асыра тор арқылы лақтыру. Ойын жаттығу: Бос орын. Қимылды ойын: №19 доп кімде?
75		Мақсаты: балалардың түстерді ажырата білуге үйрету. Допты домалату кезінде ептілікті дамыту. Шашырап жүру және жүгіру, бір-біріне допты домалатуға үйрету. Төзімділікке, достыққа, ұжымшылдыққа, бірлесіп ойнай білуге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар.Үш түсті жалаушалар: қызыл,жасыл,сары.	1.ЖДЖ№4(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) қосаяқтап (арық арқылы) секіру, жерге қону. Ойын жаттығу: Арық 2) бір –біріне допты дәл беру. Тізерлеп өкшемен отыру. Ойын жаттығу: Үйректер Қимылды ойын № 20 Қазан доп.

76 Таза ауада		Мақсаты: таза ауада ойнайтын ойындарды ойнау. Бір-бірінің артынан жүру және жүгіруге үйрету. Қолға арналған тапсырмаларды үйрету. Назар аударуды дамыту. Ойын ойнауға, ойын ережесін ұстануға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар.	1. Ж.Д.Ж.№ 3 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) Қос аяқпен секіріп, жерге қону. Ойын жаттығу: Тауық пен балапандар. 2) Бір-біріне допты домалату. Ойын жаттығу: Мысық пен тышқандар. Қимылды ойын: №22 Тышқан аулау.
77		Мақсаты: Допты түрлі әдіспен ойнауға үйрету. Нұсқаушының белгісі бойынша іс-әрекет жасай білуін дамыту. Допты еденге лақтырып, оны екі қолмен ұстап, жоғары тіректе еңбектеуге жаттықтыру. Адамгершілікке, ойын кезінде жол бере білуге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар, гимнастикалық орындықтар.	1. ЖДЖ№4 (картотека) 2. Негізгі қимылдар: 1) шеңберге тұру. Аяқты иықпен теңестіре тұрып, қолдарын кеудесіне бүге, допты лақтырып, қайта қағып алу керек. Ойын жаттығу: Циркте. 2) Жоғары тіректе еңбектеу, алақан мен тізеге тіреліп «құмырсқа тәрізді» тез әрі шапшаң еңбектеу. Ойын жаттығу: Құмырсқа. Қимылды ойын: №7 ақ сандық, көк сандық.
78		Мақсаты: шеңберге тұрып ойын ережесін сақтауға үйрету. Екі қолымен допты лақтырып және оны қағып алуға жаттығу. Нұсқаушының белгісі бойынша қимыл-қозғалыс жасай білу дағдысын дамыту. Белсенді демалуға, қозғалысқа ниет етуге, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар.	1. ЖДЖ№4 (картотека) 2. Негізгі қимылдар: 1) шеңберге тұру Ойын жаттығу: Добым менің көңілді. 2) Доп кімде? Допты бір-біріне лақтырып қағып алуға үйрету. Ойын жаттығу: сен маған мен саған. Қимылды ойын № 16 тым-тырақай.

79 Таза ауада	Мақсаты: кіші тірек аланқойында еңбектеуге үйрету. Жүруді және жүгіруді үйретуді жалғастыру. Алға жылжи отырып, қоя аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру, белсенді демалысқа, қозғалысқа ниет етуге, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1. Ж.Д.Ж.№ 6 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) Шеңберде тұру. Алақанды тіреп отырып, еңбектеу. Ойын жаттығу: тез ал. 2) Аяқты иықпен теңестіре тұрып, қолдарын кеудесіне бүге допты лақтырып, қайта қағып алу керек. Ойын жаттығу: Қағып ал. Қимылды ойын: № 7 ақ сандық, көк сандық.
80	Мақсаты: еңбектеу жаттығуларын үйрету. аттар арасынан жүру және жүгіру қимылдарын үйлестіруді дамыту, еңбектеу жаттығуларын қайталау; жоғары тіректе жүргенде тұрақты тепе-теңдікті сақтау, белсенді демалуға, қозғалысқа ниет етуге, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындық, жалаушалар.	1. ЖДЖ № 7 (картотека) 2. Негізгі қимылдар: 1) алақаны мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеу. Ойын жаттығу: Тасбақалар 2) тепе-теңдік гимнастикалық орындықта қолдарын еркін ұстап, баяу қарқынмен жүру. Ойын жаттығу: көпірден өт. Қимылды ойын: № 8 күн мен түн
81	Мақсаты: Жүгіруді және жүруді кезектестіріп үйрету Еңбектеу жаттығуларын қайталау; жоғары тіректе жүрген кезде тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Екі аяқпен секіріп алға жылжу, жаяу жүру мен жүгіруге үйретуді жалғастыру. Спорт залында айналысуға ынтасын арттыру. ҚҰРАЛДАР: қажет емес.	1. ЖДЖ № 7 (картотека) 2. Негізгі қимылдар: 1) шеңберден шеңберге секіру, тізені жоғары көтеріп жүру мен кезектескен жылдам қарқынмен жүгіру (қашықтық 10 м) Ойын жаттығу: Көжектер 2) допты екі қолмен басынан тұрған күйінде лақтыру. Ойын жаттығу: Сен маған, мен саған. Қимылды ойын: № 11 ит пен қоян.

82 Таза ауада	Мақсаты: жүгіру және жүруді үйретуді жалғастыру. Жүруді және жүгіруді үйретуді жалғастыру. Алға жылжу кезінде екі аяқпен секіру дағдысын дамыту. Қимылдық ойындарға қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.Ж.Д.Ж.№ 9(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бір-бірінің соңынан жүру Ойын жаттығу: Қарлығаш 2) Алға жылжу кезінде екі аяқпен секіру. Ойын жаттығу: Ақ қояндар. 3)жүру мен жүгіруді кезектіестіру Ойын жаттығу: Мұқият бол! Мақсаты: ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. Қимылды ойын:№ 2 Ұшты-ұшты.
83	Мақсаты: Негізгі қасиеттерді шапшаңдық пен ептілікті дамыту. Заттардың айналасында жүруді және жүгіруді қайталау, баулар арқылы секіру. Жоғары тіректе жүрген кезде тепе-теңдікті сақтауда жаттығу. Спортпен айналысуға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындық, жалпақ құрсау.	1.ЖДЖ№11(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)отыру жағдайында бас жағынан допты лақтыру. Ойын жаттығу: Сен маған, мен саған. 2) шеңберден шеңберге секіру. Ойын жаттығу: Біз көңілді балалар.. Қимылды ойын: №16 Тым-тырақай
84	Мақсаты: Жаяу жүруді әртүрлі тәсілдермен үйрету Баулар үстінен дұрыс секіруді дамыту. Жаяу жүрісте тепе-теңдікті сақтап жаттығу. Тоқтау, басқа жаққа бұрылу және текшелерді айнала жүру мен жүгіруді жалғастыру. Белсенді демалуға, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: текшелер	1.ЖДЖ№14 2.Негізгі қимылдар: 1)Бір-бірінің артынан (тырна тәрізді)(тышқандар) тәрізді жүру. Ойын жаттығу: Тырналар, тышқандар. 2) Бір-бірінің соңынан ере жүру және жүгіруді кезектестіру. Ойын жаттығу: Қалып қойма. Қимылды ойын: №22 тышқан аулау.

84 Таза ауада	Сәуір	Мақсаты: жүру және жүгәруге үйрету Жаяу жүрудің әр түрлі тәсілдерін үйрету; кезектесіп жүгіруге жаттықтыру. Нұсқаушының белгісі бойынша сапқа тұру; қозғалыс белсенділігін, байқағыштықты дамыту. Мейірімділікке білу, бір-біріне жол беруге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес.	1.Ж.Д.Ж.№ 15(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бір-бірінің артынан тырна тәрізді жүру Ойын жаттығу: Құстар келді 2) Бір-бірінің соңынан ере жүру және жүгіруді кезектестіру Ойын жаттығу: Паравоз. 3)Сапқа тұру Ойын жаттығу:Балапандар Қимылды ойын:№ 2 Ұшты ұшты.
85		Мақсаты:жаттығуарды, шапшаңдықты дамыту. Тапсырмаларды орындай отырып, жаяу жүру және жүгіру жаттығуларын жасау; секіру кезінде жартылай бүгілген аяқтарымен жерге кону.Доппен жаттығу барысында ептілікті дамыту. Бір-біріне деген мейірімділікке тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: жалпақ құрсаулар,балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№16(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Сап тізбекке бір-бірден жүру.Қоңыздар ұшты деген белгі берілген кезде балалар жан жаққа жүгіреді. Ойын жаттығу: Қоңыздар. 2)Қоңыздар демалады-деген белгі бергенде, шалқасынан жата қалып, аяқ қолдарын қимылдата бастайды.осылайша қимылдарды қайталау. Ойын жаттығу: Қоңыздар. 3)гимнастикалық орындықтан секіру Ойын жаттығу: масалар Қимылды ойын: №15 аюлар мен аралар.
86		Мақсаты: Бірдей тәсілдермен жүруді үйрету. Жүру және жүгіру жаттығуларын қайталау.Жартылай бүгілген аяқтарымен жерге кону дағдысын дамыту. Жаттығуларда шапшаңдықты дамыту. қозғалысты дұрыс орындау дағдыларын бекіту. Белсенді демалысқа, мейірімділікке тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындық.	1.ЖДЖ№16(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Бір-бірінің артынан (тырна тәрізді)(тышқандар) тәрізді жүру. Ойын жаттығу: мысық пен тышқандар 2) жүру және жүгіруді кезектестіру. Ойын жаттығу: Кім бірінші? 3) «шеңберге тұру.» Ойын жаттығу: Шеңбер құрып оытрып.

			Қимылды ойын: №22 тышқан аулау.
87 Таза ауада		Мақсаты: Доппен ептіліңпен көз мөлшерін жетілдіру. Бірдей тәсілмен жүруді үйрету; жүгіру мен жүруді кезектестіру, нұсқаушының белгісі бойынша сапқа тұрғызуды үйрету; қимыл-қозғалыс белсенділігін, байқағыштықты дамыту, нұсқаушының белгісі бойынша сапқа тұру дағдыларын қалыптастыру; қимыл-қозғалыс белсенділігін, байқағыштықты дамыту. Қозғалыс белсенділігіне қажеттілікті қалыптастыру. ҚҰРАЛДАР:қолшатыр.	1.Ж.Д.Ж.№ 18(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Допты қос қолмен лақтыру және қағып алу. Ойын жаттығу: Қағып ал. 2) Гимнастикалық орындықта бетіне еңбектеу. Ойын жаттығу: Тасбақа. Қимылды ойын:№19 Доп кімде?
88		Мақсаты: тапсырмаларды орындауға үйрету. Тапсырмаларды орындауда жүру және жүгіру дағдыларын дамыту. Доппен жаттығуда ептілік пен көз мөлшерін жетілдіру. Жеңіске деген ынтасын ояту. ҚҰРАЛДАР:балалардың шағын тобына арналған доптар, гимнастикалық орындық	1.ЖДЖ№19(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Саптізбекте бір-бірден жүру.Белгі бойынша «мықтылар» деген белгі берілгенде қолдарын жоғары көтеріп аяқ ұшымен жүру, әдеттегідей жүру. Ойын жаттығу: Батырлар. 2) «Ергежейлер» дегенде қолдарын тізеге қойып, жартылай отыру Ойын жаттығу: Ергежейлер. 3) Екі аяқпен алма кезек секіру. Ойын жаттығу: Ақ қояндар Қимылды ойын:№ 11 Ит пен қоян
89		Мақсаты: тапсырмаларды орындауға үйрету. Тапсырмаларды орындауда жаттығу, доппен жаттығу қимылдарын қайталау. Жүгіруде және секіруде тапсырманы қайталау. Бір-біріне достық қарым-қатынасты тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.ЖДЖ№19(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Саптізбекте бір-бірден жүру.Белгі бойынша «мықтылар» деген белгі берілгенде қолдарын жоғары көтеріп аяқ ұшымен жүру, әдеттегідей жүру. Ойын жаттығу: Батырлар. 2) «Ергежейлер» дегенде қолдарын тізеге қойып, жартылай отыру Ойын жаттығу: Ергежейлер. 3) Екі аяқпен алма кезек секіру. Ойын жаттығу: Ақ қояндар Қимылды ойын:№ 11 Ит пен

			қоян
90 Таза ауада		Мақсаты: Тапсырманы орындай отырып, бір-бірілеп тізбектеп жүруге және шашырап жүруге жаттықтыру. Бір-бірінің артынан "тырна тәрізді", "тышқандар тәрізді " жүре білуді жетілдіру. Жүруде және жүгіру жаттығуларын нақты орындауға үйрету; назар аударуды дамыту, жүру мен жүгіру жаттығуын кезек орындауды қалыптастыру. Ұжымшылдыққа, балалардың бір-бірімен достық қарым-қатынасына, оң нәтижелерге жетудегі табандылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:қажет емес.	1.Ж.Д.Ж.№ 21(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бір-бірінің артынан «тышқандар» , тырналар тәрізді жүру. Ойын жаттығу: Мен сияқты жаса. 2) Нұсқаушы тапсырмасы бойынша жүгіру Ойын жаттығу: Шымшық торғайлар. Қимылды ойын:№22 тышқан аулау.
91		Мақсаты: Белгі бойынша тоқтай отырып, еңбектеуге жаттықтыру. Белгі бойынша тоқтай отырып жүруде жаттығу; заттар арасынан жүруді қайталау, жоғары тіректе жүргенде тұрақты тепе-теңдікті сақтай отырып жаттығу. Ұқыптылыққа, бір-біріне қамқорлыққа, басқаның жеңісіне қуана білуге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:текшелер, шеңберлер, гимнастикалық орындық.	1.ЖДЖ№22(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Еңбектеу, соқтықпай еңбектеп өту. Заттар арасынан алақандар мен тізелермен тіреліп құрсауға барып, алақаның созу Ойын жаттығу: Тасбақалар. 2) Тепе-теңдік «Көпір үстімен» қолдарын еркін жазып, саптізбекте бір-бірден жүру. Орындық соңына келгенде төмен түсу. Ойын жаттығу: Көпірден өт. Қимылды ойын:№ 24 Құғыншы
92		Мақсаты: Белгі бойынша тоқтай отырып, еңбектеуге жаттықтыру Жүру жаттығуларын орындауда қол және аяқ қимылдарын үйлестіру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін дене жаттығуларының әртүрлі түрлерімен байыту, тепе-теңдікті сақтай білу жаттығуларды орындау кезінде дем алуды ұстамау; дене шынықтырумен айналысуға, денсаулыққа қамқорлық жасауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.ЖДЖ№22(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Еңбектеу, соқтықпай еңбектеп өту. Заттар арасынан алақандар мен тізелермен тіреліп құрсауға барып, алақаның созу Ойын жаттығу: Тасбақалар. 2) Тепе-теңдік «Көпір үстімен» қолдарын еркін жазып, саптізбекте бір-бірден жүру. Орындық соңына келгенде төмен түсу. Ойын жаттығу: Көпірден өт. Қимылды ойын:№ 24 Құғыншы

93 Таза ауада		Мақсаты:жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Жаяу жүру және жүгіру жаттығуларын нақты орындауға үйрету; бір-бірінің соңынан жүгіруді жетілдіру, назар аудару. Ұжымшылдыққа, балалардың бір-бірімен достық қарым-қатынасына, оң нәтижелерге жетудегі табандылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:қажет емес	1.Ж.Д.Ж.№ 24(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Екі сапта тізіліп жүру. Ойын жаттығу: Жылан. 2) Жүру. Ойын жаттығу: Тышқандар. Қимылды ойын:№22 тышқан аулау.
94		Мақсаты:жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Кеңістікті бағдарлай отырып,жүру және жүгіру жаттығуларын қалыптастыру,секіру және тепе-теңдікті сақтау тапсырмаларын қайталау.Қимылдық ойынға дегшен қызығушылығын арттыру. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындық, өрілген жіп 10-15 дана.	1.Ж.Д.Ж.№ 25(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) гимнастикалық орындықта, қолын белге қойып баяу қарқында жүру. Ойын жаттығу: Тышқандар. 2) Жіп үстімен қос аяқпен секіру. Ойын жаттығу: Циркте Қимылды ойын:№ 21 қу түлкі
95		Мақсаты: жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Кеңістікті бағдарлауды дамыту.Нұсқаушының тапсырмасы бойынша шапшаң шашыраңқы жүгіру жаттығуларын орындау.Спортқа деген қызығушылыққа,мәдениеттілікке тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: қажет емес	1.ЖДЖ№25(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Сап тізбекте бірбірден жүру және бүкіл зал аланында шашырап жүру. Ойын жаттығу: Тырналар 2) Жүру және жүгіру жаттығуларын алма кезек орындау . Ойын жаттығу: Спортшылар. Қимылды ойын:№ 7 Ақ сандық, көк

96 Таза ауада	Мамыр	Мақсаты: Таза ауада ойнатылатын ойындармен таныстыру. Балаларды берілген тапсырманы орындау кезінде жүру және жүгіру жаттығуларын орындауға үйрету. Бір-бірінің артынан жүгіру дағдысын дамыту. Шеңберге тұру дағдысын қалыптастыру, секіруге үйрету. Бірлесіп ойнауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: кегли, доптар	1. Ж.Д.Ж. № 27 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) Бірінші тапсырманы орындықта жүру. Екі қолы жаныңда. Көлбеу тақтай бойынша алақандармен тізелерге жоғары және төмен қарай сырғу. Ойын жаттығу: Пингвиндер. 2) Ұсақ заттарды (асықпен) оң және сол қолмен лақтыру. Ойын жаттығу: Алшы, бүк. 3) Қимылды ойын: № 16 Лақтыр да қағып ал!
97		Мақсаты: секіруге үйрету, бірлесіп ойнауға тәрбиелеу Заттар арасында жүру және жүгіру жаттығуларын орындау; орындықтан жартылай бүгілген аяқтарымен секіру. Допты бір-біріне домалату, аяқ арасын алшақ ұстап немесе тізерлей отырып отырып, допты бір-біріне домалату қабілеттерін дамыту. Дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа, денсаулығына күтім жасауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: гимнастикалық орындық, балалардың шағын тобына арналған доптар.	1. Ж.Д.Ж. № 28 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) «Парашютистер» секіруі – орындықтан жартылай бүгілген аяқтарымен секіру. Ойын жаттығу: Парашютистер 2) Допты бір-біріне домалату. Ойын жаттығу: Кім бірінші? 3) Аяқты алшақ ұстап немесе тізерлей өкшемен отырып, допты бірбіріне домалату. Ойын жаттығу: Мұқият бол. Қимылды ойын: № 1 Паравоз
98		Мақсаты: Допты бір-біріне домалатуға, ойнауға үйрету. Заттар арасынан жүру және жүгіру жаттығу орындау; орындықтан жартылай бүгілген аяқтармен секіру. Допты бір-біріне домалату дағдысын дамыту. Жартылай бүгілген аяқтармен секіру қабілетін жетілдіру. Ұжымшылдыққа, қимылдық ойындарда ұжыммен бірлесіп әрекет етуге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: кегли, балалардың шағын тобына арналған доптар, тауық маскасы	1. ЖДЖ № 28 (картотека) 2. Негізгі қимылдар: 1) Сап тізбекте заттар арасынан бір-бірден жүру және жүгіру. Ойын жаттығу: Жылан 2) Допты бір-біріне домалату Ойын жаттығу: Добым менің көңілді 3) Гимнастикалық орындықтан секіру Ойын жаттығу: Балапандар Қимылды ойын: № 7 Ақ сандық, көк сандық.

99 Таза ауада	Мақсаты:жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Балаларды жаяу жүруге және жүгіруге үйрету. "Иықтан асыра" тәсілімен лақтыруға үйретуді жалғастыру; зейін, есту қабілеттерін дамыту. Белсенді демалуға, адамгершілікке тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:жалауша,жалпақ құрсау, тауық маскасы.	1.Ж.Д.Ж.№ 24(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Екі сапта тізіліп жүру. Ойын жаттығу: Жылан. 2) Жүру. Ойын жаттығу: Тышқандар. Қимылды ойын:№22 тышқан аулау.
100	Мақсаты: Дене жаттығуларын орындауға қызығушылығын ояту. Балаларды жаяу жүруге және жүгіруге, допты жоғары лақтыруға және оны қағып алуға үйретуді жалғастыру. Қол қозғалысының көмегімен сап құру кезінде өз орнын таба білу дағдысын дамыту; күш-жігерді, шапшаңдықты, кеңістікте бағдарлауды дамыту; дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:балалардың шағын тбына арналған доптар, гимнастикалық орындық.	1.Ж.Д.Ж.№ 1(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қолға арналған жаттығуларын орындау. Ойын жаттығу: Самолет 2) Екі аяқпен шеңбер бойымен секіру. Ойын жаттығу: Ақ қояндар. Қимылды ойын:№ 3 Ақ қоян.
101	Мақсаты: Допты лақтыруды және қағып алуды, орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Балаларды жаяу жүруге және жүгіруге, допты жоғары лақтыруға және оны қағып алуға үйретуді жалғастыру. Қол қозғалысының көмегімен сап құру кезінде өз орнын таба білу дағдысын дамыту; күш-жігерді, шапшаңдықты, кеңістікте бағдарлауды дамыту; дене шынықтыру сабағына қызығушылыққа тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: балалардың шағын тобына арналған доптар.	1.ЖДЖ№1(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Допты жоғары лақтыру және оны екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: Түрлі доптар. 2) Қолымен тізеге сүйене отырып, орындықтан еңбектеп өту. Ойын жаттығу: Тасбақалар. Қимылды ойын:№ 17 Кім баяу?
102 Таза ауада	Мақсаты: Ептілікті, қимылдарды үйлестіруді дамыту. Қашықтықты сақтай отырып, жаяу жүруге және жүгіруге үйрету; ұзындыққа секіруге үйрету. Екі аяқты дұрыс секіріп, жерге қона білуді қалыптастыру; лақтыру жаттығуларын қалыптастыру. Спорт залында жаттығуға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:жалауша,жалпақ құрсаула	1.Ж.Д.Ж.№ 1(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Допты жоғары лақтыру және оны екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: Ептілер. 2) Қолымен тізеге сүйене отырып, орындықта еңбектеп өту. Ойын жаттығу: Бақалар. Қимылды ойын:№ 19 Доп кімде?

103		Мақсаты: Күш жігіерді , шапшаңдықты дамыту. Нұсқаушының белгісі бойынша жүру және жүгіру жаттығуларын орындау.Көлбеу сатымен өрмелеу дағдысын қалыптастыру.Тапсырмаларды орындауда тепе-теңдікті сақтай білу. ҚҰРАЛДАР:көлбеу саты,тақтай,мысықтың маскасы.	1.Ж.Д.Ж.№ 2(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Сап тізбекте бір-бірден жүру. «Аралар» деген белгі бойынша балалар қолдарын бұлғап , шашырап жүреді. Ойын жаттығу: Аралар. 2) Допты жоғары лақтыру және қағыып алу. Ойын жаттығу: Мұқият бол! Қимылды ойын:№ 15 аюлар мен аралар.
104		Мақсаты: Көлбеу сатымен өрмелеу дағдысын қалыптастыру. Нұсқаушының белгісі бойынша жүгіруді жалғастыру.Тапсырманы орындау барысында тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.Еркін жүру мен жүгіру дағдысын дамыту. Сапқа тұру кезінде өз орнын таба білу, кеңістікті бағдарлау, назар аудару. ҚҰРАЛДАР:қолшатыр.	1.ЖДЖ№3(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Көлбеу сатымен өрмелеу. Ойын жаттығу: Өрмекшілер. 2) Еденге қойылған тақтай үстінде жүру. (қол белде, басы мен кеудесін тік ұстау) Ойын жаттығу: Шымшық торғайлар. Қимылды ойын: №2 Ұшты-Ұшты
105 Таза ауада		Мақсаты:жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Балаларды қашықтықты сақтай отырып, жаяу жүріске және жүгіруге үйрету; ұзындыққа секіру, екі аяқпен секіріп және қонып, лақтырып жаттығуды үйрету. Белсенді демалуға, қозғалысқа ынта қоя білуге, бір-біріне құрметпен қарауға тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:жалауша, жалпақ құрсау, иттің маскасы.	1.Ж.Д.Ж.№ 4(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Екі сапта тізіліп жүру. Ойын жаттығу: Жылан. 2) Жүру. Ойын жаттығу: Тышқандар. Қимылды ойын:№22 тышқан аулау.

106		Мақсаты: Күш жігіерді , шапшаңдықты дамыту. Тапсырманы бойынша жүруді,секіруді жетілдіру.Тіректің шектеулі алаңында жүргенде тұрақты тепе-теңдікті сақтай отырып жаттығу.Мейірімділікке , бір-біріне жол беруге тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:тақтай,жіптер ,секіртпе.	1.Ж.Д.Ж.№ 5(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Сап тізбекте бір-бірден жүру. «Аралар» деген белгі бойынша балалар қолдарын бұлғап , шашырап жүреді. Ойын жаттығу: Аралар. 2) Допты жоғары лақтыру және қағып алу. Ойын жаттығу: Мұқият бол! Қимылды ойын:№ 15 аюлар мен аралар.
107		Мақсаты: Көлбеу сатымен өрмелеу дағдысын қалыптастыру. Балаларды шеңберге тұрғызуға, сапқа тұрғызуға үйрету. Тапсырманы бойынша жүре білуді қалыптастыру, Музыка ырғағына сәйкес ырғақты қимыл жасау,музыканың басталуына және аяқталуына назар қойып,көңіл бөлу,бір-біріне соқтығыспай жүгіру,көңіл аудару дағдыларын жетілдіру. Бір-біріне деген мейірімділікке тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР: лақтыруға арналған дорбашалар.	1.ЖДЖ№6(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)Көлбеу сатымен өрмелеу. Ойын жаттығу: Өрмекшілер. 2) Еденге қойылған тақтай үстінде жүру. (қол белде, басы мен кеудесін тік ұстау) Ойын жаттығу: Шымшық торғайлар. Қимылды ойын: №2 Ұшты-Ұшты.
108 Таза ауада		Мақсаты:жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Балаларды жаяу жүруге және жүгіруге үйрету. "Иықтан асыра" тәсілімен лақтыруға үйретуді жалғастыру; зейін, есту қабілеттерін дамыту. Белсенді демалуға, адамгершілікке тәрбиелеу. ҚҰРАЛДАР:жалауша,жалпақ құрсау, тауық маскасы.	1.Ж.Д.Ж.№ 24(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Екі сапта тізіліп жүру. Ойын жаттығу: Жылан. 2) Жүру. Ойын жаттығу: Тышқандар. Қимылды ойын:№22 тышқан аулау.

«Ақбота» бөбекжай-балабақша



Г.С.Жундибаева

«Ақбота» бөбекжай- балабақшасы» МКҚК

Менгерушісі Г.С.Жундибаева

**Білім беру саласы: Денсаулық
Бөлімі: Дене шынықтыру
Ересек тобының ұйымдастырылған
оқу іс-әрекетінің
перспективалық жоспары**

2022-2023 оқу жылы

Ересек топ: Айгөлек тобы

№	Айы	Мақсаты мен мазмұны	Әдіс тәсілдері
1	Қыркүйек	Мақсаты: Түрлі тәсілдермен жүгіруге үйрету: балалардың зейінін дамыту. Қатарда өз орнын табуға үйрету; бір уақытта екі аяқпен еденнен жігерлі итеру білегін бекіту; тіректің кішірейтілген ауданы бойынша жүруде жаттығу; тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту; ептілік, назар аудару, дене шынықтыру сабақтарына қызығушылығын қалыптастыру. Құралдар: Бала санына байланысты жалаушалар	1.ЖДЖ№1 (картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) бір лекке сапқа тұру Ойын жаттығу: Қарлығаш 2) Бір орында жоғары көтерілу. Ойын жаттығу: Көбелектер 3)Екі сызық арасында жүру. Ені 15 см, ұзындығы 3м Ойын жаттығу:Жылан. Қимылды ойын: №9 Қояндар мен қасқыр.
2 Таза ауада		Мақсаты: Ойын жаттығуларының көмегімен ойын үйрету. Балаларды"жалауға дейін кім жылдамырақ"(кубик, кегли) ойын жаттығуларының көмегімен жүгіруге және жүруге үйрету. "Кім жылдам". Допты илеу білігін дамыту - "Кубикке дейін домалату" бауының астына (сымның астына,доғаның астына).Ұжымшылдыққа тәрбиелеу,жылжымалы ойындарда ұжымдық жұмыс істей білу жабдық: текшелер, кегли, доптар 3 дана, ұзындығы 3 метр бау Құралдар: Кегли, доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 2(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Допты илеу. Ойын жаттығу: Кім жылдам. 2)Бауға жүгіріп өту. Ойын жаттығу: Жаврысу. 3) Қимылды ойын: № 5 Өзіңе жұп тап.
3		Мақсаты: допты жұппен жол бойымен домалатуға үйрету. Нұсқаушының сигналы бойынша лекте жүргенде бағытты өзгертуге үйрету; лекте бір-бірден сапқа тұруды бекіту, лекте сапқа тұруда кеңістіктегі іс-әрекеттердің дербестігін және бағдарлауды дамыту; орнында екі аяқты секіруге жаттығу; нұсқаушының түсініктемесін тыңдау, көрсетілімді қадағалау; ұжымшылықты тәрбиелеу, бірлесіп ойнауға ниет білдіру. Құрал-жабдықтар: Түрлі –түсті жалаушалар	1.ЖДЖ№4(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) гимнастикалық орындықпен жүру Ойын жаттығу: көпірден өт. 2) допты жұп және жол бойымен илеу. Ойын жаттығу: добым менің көңілді. 2)допты жоғары лақтырып қағып алу. Ойын жаттығу:түрлі түсті доптарым. Қимылды ойын: №1 Ұшқыштар

4		Мақсаты: Нұсқаушының сигналы бойынша бағытты өзгертуге үйрету. Баспалдақтарды, аяқты бірге, аяқты жыртуға үйрету; нұсқаушының сигналы бойынша колоннада жүргенде бағытты бір-бірімен бетпе-бет келместен, әр бағытта жүгіріп жаттығуды; ептілікті, қимылдарды үйлестіруді және спорт залының кеңістігіндегі бағдарлауды дамыту; ұйымшылдықты, дербестікті тәрбиелеу. Құралдар: Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж.№3(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Бағытты ауыстыру мен колоннада жүру. Ойын жаттығу: оңға солға. 2)Бір лекте сапқа тұру. Ойын жаттығу: Мұқият бол. 3)Орында жоғары көтерілу. Ойын жаттығу : Балапандар. 3) Қимылды ойын: №3 торғайлар мен мысық
5 Таза ауада		Мақсаты: : Ойын жаттығуларының көмегімен ойын үйрету. Балаларды тепе-теңдікті ұстап тұруға үйретуді жалғастыру – көпірше(тақтай, жер), жол бойынша-ені 20 см. секіру, сол жерде, қоян сияқты, доптар сияқты, оң және сол жаққа бұрыла отырып, секіру іскерлігін жетілдіру. Допты жұппен, жол бойымен (баудан, рейкадан, жерге салынған сызықтан) домалату. Қимылды ойындар: «Қиярым, қиярым.» Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылық қалыптастыру. Құралдар: Қоян мен Қасқыр маскасы	1.Ж.Д.Ж.№3(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Допты илеу. Ойын жаттығу: Кім жылдам. 2)Бауға жүгіріп өту. Ойын жаттығу: Жарысу. 3) Қимылды ойын: №5 Өзіңе жұп тап
6		Мақсаты: Балаларды еңбектеуге үйрету. Доп қозғалысының бағытын сақтай отырып, бір-біріне аяғының бастапқы қалпынан доппен илемдеуді үйрету; аяқты тізеге сәл бүгіп, бір-біріне секіру білігін бекіту; әртүрлі бағытта зал бойынша жүруде жаттығу; заттарды сол және оң жағынан ию білігін жетілдіру; дене жаттығуларымен айналысуға оң көзқарасты тәрбиелеу, өзін-өзі жетілдіру уәждемесін қалыптастыруға ықпал ету.. Құралдар: Талап етілмейді	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Еңбектеуге арналған тақтада еңбектеу ара қашықтығы 2м Ойын жаттығу: Барлаушылар 2) Доптарды бір бірінен алғашқы күйден, өкшеге домалату, 2м қашықтықта Ойын жаттығу: сен маған, мен саған. 3)Қимылды ойын: №6 Аттар

7		Мақсаты: Жүгіріп өтумен ұзын секіртпемен секіруді жаттықтыру. Қозғалыс бағытын сақтай отырып, төрт бөлікке (6 м қашықтыққа) жүгіріп жүруді үйрету; допты бір-біріне айналдыра білуді бекіту; қашықтыққа сәйкес допты итерудің күшін дамыту; жалпы төзімділікті, ептілікті, үйлестіру қабілетін дамыту; экологиялық мәдениетті тәрбиелеуге, қоршаған ортаны эстетикалық қабылдауға ықпал ету. Жабдық: тақта, 1 топшадағы доптар, баулар, Қасқыр маскасы Құралдар: Доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 5(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Тікелей сымның бойымен жүру Ойын жаттығу: сақ болындар. 2)Қашықтықта төрт бөлікте жүгіріп өту, екі аяқты секіріп өту, аяқтары бірге аяқтары алшақ. Ойын жаттығу: тырналар . 3) Қимылды ойын:№7 Аңшылар мен қояндар
8 Таза ауада		Мақсаты: шапшаңдығын координациялық қабілеттілігін дамыту 2 аяқты затқа дейін секіру білігін бекіту; «бұлақтарды қайта секіру» (баулар, рейкалар арқылы). Допты «илектеу және артқы емес» (заттар арасында) илектеу білігін дамыту; допты заттардың айналасында екі жаққа илектеу. Қозғалыс ойындары: «жүгіріп өту тыныш», «борада аю». Тәрбиелеу, ұйымшылдық, дербестік. Жабдық: 1 топшадағы тақта, доптар, баулар, аю маскасы Құралдар: Бау, доптар	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1)жүгіру барысында жаттығу. Ойын жаттығу:кім тез. 2)Төрт тағандап еңбектеу Ойын жаттығу:тасбақалар 3)Қимылды ойын:№ 19 Доп кімде?
9		Мақсаты: Шапшаңдықпен ептіліктерін дамыту.Тепе – теңдікті сақтай отырып, тік орналасқан баумен жүруге үйрету; төрт бөлікке қол және тізе тіреуімен жүрген кезде қол және аяқ қимылдарын келісу білігін бекіту; ырғақты секіруде-аяқтарын бірге, аяқтарын бас үстінде мақтаны орындаумен айқастыруды жаттығу; эстетиканы, айналасындағыларға тілектестік қарым-қатынасты тәрбиелеу. Құралдар:Доптар, бау	1.ЖДЖ№6(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) екі аяқты секіру /бір аяғы алға екіншісі артқа/ Ойын жаттығу: Тышқандар 2) Тік бағытта алақан мен тізеге тіреуі бар төрттікте еңбектеу /6м қашықтықта/. Ойын жаттығу: Тасбақалар. 3)Қимылды ойын: №12 Сұр қоян жуынад

10		Мақсаты: доптарды екі қолмен қағып алуға үйрету; Қозғалыс бағытын сақтай отырып, колоннада бір-бірден жүгіруге үйрету; баумен жүру кезінде бастың дұрыс қалпын сақтай білуді бекіту; еркін бағытта допты сырғанауға жаттығу; ойындарды қолдану арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту, тілектестік, белсенді демалуға дағдыландыру. Құралдар: Таяқшалар, бау	1.Ж.Д.Ж.№ 6(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Доптарды бір біріне алғашқы күйден өкшеге домалату /екі метр қашықтық/ Ойын жаттығу: қояндар 2)аяғы бірге аяқтары заттар арасында еркін бағытта жүру. Ойын жаттығу: тырналар 3) Қимылды ойын: №13 Қойлар мен қойшы
11 Таза ауада		Мақсаты: Шашырап жүруге және жүгіруге үйрету. Балаларды доппен ойын жаттығуларын жүргізуге үйрету: допты бір – біріне домалату «добы по дорожке и догони», «Подбрось-поймай» (допты жерге лақтыру және оны екі қолмен ұстап алу). Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықты қалыптастыру. Құралдар: Доптар,	1.Ж.Д.Ж.№ 6(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қырық см. Биіктікте бекітілген арқанның астынан жүріп өту. Ойын жаттығу: Тышқандар 2)Допты қақпаға айналдыру /қашықтығы 2,5м/ Ойын жаттығу: Қақпашы. 3)Қимылды ойын: № 16 Лақтыр да қағып ал
12		Мақсаты: Түрлі тәсілдермен жүгіруге үйрету: балалардың зейінін дамыту. Баспалдақтарды орындауға (бір аяғы алға, екінші аяғы артқа) үйрету; колоннадан шықпай, қолдың табиғи қозғалыстарымен жеңіл және ырғақты жүгіре білуді бекіту; қозғалыс бағытын сақтай отырып, төрттікте жүгіріп жаттығуды; жалпы төзімділікті, үйлестіру қабілетін дамыту; позитивті әлемді, ұйымшылдықты тәрбиелеу. Құралдар: Талап етілмейді	1.ЖДЖ№8(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) бір лекке сапқа тұру Ойын жаттығу: Қарлығаш 2) Бір орында жоғары көтерілу. Ойын жаттығу: Көбелектер 3)Екі сызық арасында жүру. Ені 15 см, ұзындығы 3м Ойын жаттығу:Жылан. 4)Қимылды ойын: №18 Допты тордан лақтыру

13	Қазан	Мақсаты: Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Допты жан-жақты итермелеуге және доптың қозғалыс бағытын сақтауға үйрету; аяқтың қалпын біртіндеп өзгерте білуді бекіту; тіректің кішірейтілген ауданы бойынша жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтауда жаттығу, арқа бұзылуының алдын алу; педагогтың түсіндірмелерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау; сау, әдемі болуға тәрбиелеу. Құралдар: Доптар, Кегли	1.ЖДЖ№7(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) допты қақпаға айналдыру қашықтық /2м/ Ойын жаттығу: Қақпашылар. 2) Екі аяқпен секіру /1аяғы алға екіншісі артқа/ Ойын жаттығу: Жануарлар қалай жүреді? 3)Екі сызық арасында жүру. Ені 15 см, ұзындығы 3м Ойын жаттығу:Алыптар. Қимылды ойын: №26 Қаздар
14		Мақсаты: тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жүру және жүгіру іскерлігін қалыптастыру: "тартпа-тартпа» (алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру).Тепе-теңдікті ұстай білуді дамыту-заттар (бөренелер) арқылы аттап, жол бойымен жүру; бір жолға қойылған заттар арасында жүру және жүгіру дағдыларын жетілдіру; «көпірше» (бум бойынша) бойынша жүруде жаттығу, алға жылжумен екі аяқты секіру, бір қатарға қойылған заттар (кегли, доптар) арасында, доп, кубик айналасында секіру. Құралдар:Гимн. Орындықтар, текшелер, кегли,	1.Ж.Д.Ж.№ 7(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)тепе- теңдік заттар арқылы аттап жол бойымен жүру./бкренелер/ Ойын жаттығу: Аттар. 2)Бір жолға қойылған заттар арасында жүру және жүгіру. Ойын жаттығу: Жыланның ізі. 3)Көпір юойымен жүру. Ойын жаттығу: көпірден өтіп кет. 4) Қимылды ойын: №28 Түлкі мен қаздар.
15 Таза ауада		Мақсаты: Қимыл қозғалыс тәжірибесін байыту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу. Төртбұрышты арқанның астына басын тигізбей жүзуге үйрету; допты жігерлі итеру және доп қозғалысының бағытын сақтау, көз өлшегішті дамыту; нұсқаушының түсіндірмелерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау, басқа балалармен келісілген қозғалысты орындау; шыдамды, ұйымшылдықты тәрбиелеу. Құралдар: Жіп, арқанды, доптарды, жағаны – доғаны бекітуге арналған штангалар	1.Ж.Д.Ж.№ 7(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)бір қатарда бір бірінен қашықтықта қойылған зат арасында допты домалату Ойын жаттығу: Жарысу. 2)Оңға солға бұрылып айналасына бұрылып солға секіру.Ойын жаттығу: Қарағайлы ормандағы аю. 3)Қимылды ойын: № 2 Түрлі түсті көліктер

16		Мақсаты: Спортпен айналысу әдетін, әдемі болу ниетін тәрбиелеу. Тепе-теңдікті сақтай отырып, шеңберге сәйкес лентамен жүруге үйрету; арқа бұзылуының алдын алу; төрт бөлікке жүгірген кезде қол мен аяқтың жұмысын үйлестіруді дамытуды жалғастыру, топтасып, таспа қоймау іскерлігін бекіту; өзін-өзі жетілдіру уәждемесін қалыптастыру, спортпен айналысу әдетін, әдемі болу ниетін тәрбиелеу. Құралдар: Ұзындығы 3-5 метр бау	1.ЖДЖ№8(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) шеңбер бойынша орналасқан баумен жүру. Ойын жаттығу: паравоздар 2)Төрттікке 6м қашықтықта жүгіріп арқанның астына 40см биіктікке секіріп өту. Ойын жаттығу: кенгуру 3)Қимылды ойын: №9 Қояндар мен қасқыр
17		Мақсаты: тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Сендіру, тез реакция, зейінді дамыту. «Кім шеңберден секіріпүлгереді» ойын жаттығуы (жерде шеңбер сызылған, балалар шеңбердің астында, ал жүргізуші шеңбер ортасында тұрады. Балалар екі аяқты шеңберге, ал жүргізушінің жақындауына қарай – кері секіреді. 2 аяқты доппен қолдарында секіру, допты бір-біріне лақтыру іскерлігін қалыптастыру. Құралдар: Доптар,	1.Ж.Д.Ж.№ 7(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)тепе- теңдік заттар арқылы аттап жол бойымен жүру./бөренелер/ Ойын жаттығу: Аттар. 2)Бір жолға қойылған заттар арасында жүру және жүгіру. Ойын жаттығу: Жыланның ізі. 3)Көпір юйымен жүру. Ойын жаттығу: көпірден өтіп кет. 4) Қимылды ойын: №4 Аюдың апанында
18 Таза ауада		Мақсаты: Қимыл қозғалыс тәжірибесін байыту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу. Өз іс-әрекеттерін басқалардың әрекеттерімен келісе отырып, сапқа тұрып, сапта ырғақты жүруге және жүтіруге үйрету; баумен жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту; бір-біріне доппен сырғанауда жаттығу; глазомерді, дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықты дамыту; дербестікті, ұйымшылдықты тәрбиелеу. Құралдар: Ұзындығы 3-5 метр бау, балалардың 1 топшасына доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 7(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)бір қатарда бір бірінен қашықтықта қойылған зат арасында допты домалату Ойын жаттығу: Жарысу. 2)Оңға солға бұрылып айналып бұрылып солға секіру. Ойын жаттығу: Қарағайлы ормандағы аю. 3)Қимылды ойын: №8 Тығылмақ

19		Мақсаты: Бір жаққа бұрылу үшін өте жоғары секіруге үйрету Бір жаққа бұрылу үшін өте жоғары секіруге үйрету; бірдей қозғалыс қарқынын сақтай отырып, колоннада жүруді және жүгіруді кезектестіруді БЕКІТУ; үш доғаның астында бірізді төрттікте жүгіріп жаттығуды; ептілік пен икемділікті дамыту; өз денсаулығына ұқыпты қарауды, салауатты өмір салтына уәждеуді тәрбиелеу. Құралдар: Үш доға, кегли, доптар 3-5 дана.	1.ЖДЖ№9(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Оңға солға бұрылыстары бір орында секіру. Ойын жаттығу: құстар мен мысық 2)Колоннада бір бірден жүру және жүгіру. Ойын жаттығу: балапандар Қимылды ойын: №9 Қояндар мен қасқыр
20		Мақсаты: гимнастикалық буммен жүру, қолдар жағынан дұрыс секіру білігін бекіту. Балаларды тәрбиешінің сигналы бойынша допты домалатуға және одан кейін жүгіруге үйрету. Гимнастикалық буммен жүру, қолдар жағынан, дұрыс секіру білігін бекіту Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықты тәрбиелеу; дербестік, ұйымшылдық Құралдар: Гимнастикалық орындықтар, 1 топшадағы доптар, мысық маскасы	1.Ж.Д.Ж.№ 9(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)Гимнастикалық буммен жүру қолдары екі жақта. Ойын жаттығу: пингвиндер 2)допты домалату және одан кейін жүгіру. Ойын жаттығу: допты домалат. 3) Қимылды ойын:№12 Сұр қоян жуынады
21 Таза ауада		Мақсаты: Назар аударуы, үйлестіру қабілеттерін дамыту. Заттар арасында сырғанау кезінде доп бағытын өзгертуге үйрету; бір уақытта солға, оңға, айналасына бұрылуды орындай отырып, екі аяқты итере білуді бекіту; назар аударуды, үйлестіру қабілеттерін дамыту; салауатты өмір салтына әдетті тәрбиелеу, әлеуметтік құзыреттілікті қалыптастыруға ықпал ету. Құралдар: Доптар, 5 кеглей, ит ойыншық	1.Ж.Д.Ж.№ 9(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бір қатарда бір бірімен қашықтықта қойылған зат арасында допты сырғанату. Ойын жаттығу: боулинг 2)колоннада бір бірден жүру және жүгіру. Ойын жаттығу: Спортшылар 3)бір бірінен допты лақтырып қағып алу. Ойын жаттығу: Мұқият бол. Қимылды ойын: № 21 Қаздар.
22		Мақсаты: Алақанмен тізеге тіреумен кезде көтерілген заттың биіктігін ескеруді үйретуді жалғастыру Алақан мен тізеге тіреумен төрт бөлікке жүгіріп, оның астына жүгірген кезде көтерілген заттың биіктігін ескеруді үйретуді жалғастыру; допты қол саусақтарымен оңай итеріп, заттар арасында сырғанау кезінде доп бағытын өзгерту; әлеуметтік құзыреттілікті, толеранттылықты қалыптастыруға ықпал ету, қазақ ойындарын пайдалану арқылы қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту. Құралдар: Гимнастикалықтаяқ, 5-6 дана доптар, 5 дана кегли	1.ЖДЖ№10(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) 4 бөлікке 8м қашықтыққа жүгіріп таяқпен жүгіріп 40см биіктікке көтерілген Ойын жаттығу: кенгуру 2)бір қатарда бір бірінен 1м қашықтықта қойылған 5 зат арасында допты сырғанау. Ойын жаттығу: сен маған, мен саған. 3)Қимылды ойын: №15 Мысықтар мен балалар

23		Мақсаты: Балаларды жаттығумен таныстыру-қолдарымен жерге тимей қолдарымен доппен өрмелеуді үйрету. Балаларды жаттығумен таныстыру – қолдарымен жерге тимей қолдарымен доппен (текшемен) өрмелеуді үйрету. Тепе-теңдікті дамыту-зат арқылы аттап, жол бойымен жүру; бүйірімен қосымша адыммен жүру. Өз денсаулығына ұқыпты қарауға, салауатты өмір салтына ынталандыруға тәрбиелеу Құралдар: Шеңбер, доп, текшелер 3-4 дана, аюмаскасы	1.Ж.Д.Ж.№ 10(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)тепе-теңдік заттар арқылы аттап жол бойымен жүру. Ойын жаттығу: пингвиндер 2)балаларды жаттығумен таныстыру қолдарымен тимей, қолдарында доп /текшелер/ бар бұрышқа өрмелеу. Ойын жаттығу: өрмекшілер 3) Қимылды ойын: №17 Кеглиді көзде!
24 Таза ауада		Мақсаты: Тапсырманы орындай отырып бір бірлеп тізбекпен жүруге жаттықтыру. Тепе-теңдікті сақтай отырып (арқа бұзылуының алдын алу), бастағы қаппен баумен жүруге үйрету; жүгірген кезде қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білуді бекіту, астында жүгірген кезде таяқтарға тимеуді бекіту; оңға және солға бұрылыстарымен жігерлі секіруді жаттығу; балаларда дене жаттығуларымен айналысуға оң көзқарасты қалыптастыру, өз денсаулығына ұқыпты қарауға тәрбиелеу. Құралдар: 5 м.шнур, құм салынған қаптар, цилиндрлер, гимн. Таяқ	1.Ж.Д.Ж.№ 10(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Басында құм салынған қапшықпен түзу салынған баумен жүру. Ойын жаттығу: пингвиндер 2)таяқша астына жүгіріп 40см биіктікке көтерілген оңға солға бұрылыстарымен орнында секіру.. Ойын жаттығу: Қояндар мен қасқыр 3)Қимылды ойын: № 19 Қайда жасырылғаның тап.
25	Қараша	Мақсаты: Экологиялық мәдениетті тәрбиелеуге ұйымшылдықты зейінді дамытуға ықпал ету.. Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес әр түрлі қозғалыстарды орындауға үйрету: ырғақты жүру, оңай жүгіру; бастың дұрыс қалпын сақтай отырып, баумен жүру білігін бекіту; бұрылу үшін өте жоғары секіру білігін жетілдіру; айналасындағыларға ұқыпты қарауға тәрбиелеу, қозғалыс мәнерлілігін, қиялын дамыту. Құралдар:Бау, құмқапшық	1.ЖДЖ№12(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) 20рет /2 рет /үзіліс, секіру. 2)параллель сызық арасында жүру ені 15см ұзындығы 3м. Ойын жаттығу: Спортшылар. 2)алты метр қашықтықта алақанмен табанға тіреуі бар 4 те жүгіру Ойын жаттығу: бақалар 3)Қимылды ойын: №22 Күн мен түн

26		Мақсаты: допты жерге лақтырып екі қолмен қағып алуға үйрету. Тепе – теңдікті ұстап тұру іскерлігін қалыптастыру-баланың 2 қадамы қашықтығында қойылған заттар арқылы аттап, бумамен жүру; бұрмалы жолда жүру және жүгіріп жүру іскерлігін дамыту; бір қатарға қойылған заттар арасында жүру және жүгіріп жүру. Балаларды сызықтар арқылы секіруге үйрету. Балалар ағзасының сауығуына ықпал ету, әрқашан сау болу ниетін тәрбиелеу. Құралдар: Тышқанмаскасы, гимнастикалық қорындықтар, кубиктер 5 дана, кегли 10-12 дана, бау.	1.Ж.Д.Ж.№ 12(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) екі аяқпен қолдарында секіру тәрбиешінің беоісіне допты бір аяғынан екінші аяғына секіру. Ойын жаттығу: секіртпе 2) допты жерге лақтыру және оны екі қолмен ұстап алу. Ойын жаттығу: таяқшаны құлатып түсір 3) Қимылды ойын: № 23 Ұшты-ұшты...
27 Таза ауада		Мақсаты Ұйымшылдыққа шыдамдылыққа тәрбиелеу Қолдың табиғи қозғалыстары бар екі параллель сызықтың арасында кең қадамды жүруді үйрету; музыкалық сүйемелдеуге сәйкес әр түрлі қозғалыстарды нақты орындау, ырғақты қозғалу, қолдың табиғи қозғалыстарымен алға және артқа оңай жүгіру; бір-біріне доп тебуді жаттығу; көз өлшегіштерді дамыту, спорт залының кеңістігіне бағдарлау; тілектестік, дербестік, ойыншықтарға және өз денсаулығына ұқыпты қарауға тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: 2 лента 5 м., балалардың 1 кіші тобына арналған доптар Құралдар: 2 лента 5 м., балалардың 1 кіші тобына арналған доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 12(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) допты екі қолмен ұстаған күйі жоғары және алға лақтыру. Ойын жаттығу: қағып ал 2) орында тұрып 20 рет жл, ары секіру./шамалы үзіліс жасап 3 рет қайталау. Ойын жаттығу: Секіртпе. 3) тіке қойылған баулардың бойымен жүру Ойын жаттығу: пингвиндер. 4) Қимылды ойын: № 23 Қасқырлар мен лақтар
28		Мақсаты: дұрыс топтастыруға оң және сол жақ бүйірмен арқанның астына егілген кезде түзетуге үйрету. Екі аяқтың аяғын итеріп, секірудің төмендігін орындауға үйрету; қадамды қолдың табиғи қозғалысымен келісіп, сызықтан тыс шықпауды бекіту; алақан мен табанға тіреумен төрттікке жүгіріп жаттығуды, жалпы төзімділікті, үйлестіру қабілетін, аналитикалық ойлауды дамыту; экологиялық мәдениетті тәрбиелеуге, ұйымшылдықты, зейінді дамытуға ықпал ету. Құралдар: Доп	1.ЖДЖ№13(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) арқанның астына бүйірмен ену биіктігі 40см. Ойын жаттығу: тасбақалар 2) Допты жоғары лақтыру және оны екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол 3) Қимылды ойын: №26 Қаздар

29		Мақсаты: денсаулықтарын спорт арқылы шыңдауға тәрбиелеу. Қолындағы допты ұстаған күйі екі аяқпен секіре білу тәрбиешінің белгісімен отыра қалып доптарды екі қолына кезек ауыстыру. Допты жұппен, қатарласып тұру, заттардың арасынан домалатып өткізуге үйрету. Допты жерге лақтырып, екі қолмен қағып алу. Балалардың бойындағы көңіл-күйлерін көтеру арқылы олардың жаттығу жасауға құмарлығын арттыру. Құралдар:Доп, таяқшалар	1.Ж.Д.Ж.№ 13(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) допты бір біріне домалату. Ойын жаттығу: сен маған, мен саған 2)допты жерге лақтырып және оны екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол. 3)қос аяқпен заттарды айнала,бір құрсаудан екінші құрсауға секіру. Ойын жаттығу: қояндар 4)Қимылды ойын:№ 28 Түлкі мен қаздар
30 Таза ауада		Мақсаты Дене жаттығуларымен өз бетінше айналысуға үйрету. Допты алға-жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға үйрету; аяқтарын тізеден шамалы бұғу арқылы ырғақпен жоғарыға секіру біліктілігін қалыптастыру; баумен байланған қапты басымен алып жүруге үйрету арқылы тепе-теңдікті сақтауға, әдемі жүру дағдысын қалыптастыруға үйрету; педагогтың түсіндірулерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау, басқа балалармен келісілген қозғалысты орындау білігін дамыту; ұйымшылдыққа, шыдамдылыққа тәрбиелеу. Құралдар: Көлбеу тақтайша, брустар 7-10 дана, кіші доп балаларына арналан доп, таяқша 50-60 см.	1.Ж.Д.Ж.№ 13(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) еденге ені 15см ұзындығы 2м \ қойылған тақтай бойынша аяқпен жүру. Ойын жаттығу: көпірден өт 2)арқанның астыннан бүйірлеп отыру биіктігі 40см Ойын жаттығу: барлаушылар 3)Қимылды ойын: №№27 Күн мен түн
31		Мақсаты: допты жоғары лақтыруда және оны екі қолмен ұстап тұруда жаттығу. Дұрыс топтастыруға және оң және сол жақ бүйірімен арқанның астына егілген кезде түзетуге үйрету; допты алға-жоғары лақтырып, басын лақтырмай және оны екі қолмен ұстай білуді бекіту; балалардың қимыл-қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру, дене жаттығуларымен өз бетінше шұғылдану ниетін дамыту. Құралдар:Балалартобыныңдоптары, кегли	1.ЖДЖ№14(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) колоннада жұппен жүру,еденге ені 15см ұзындығы 2м қойылған тақтай бойынша аяқпен жүру қол белде. Ойын жаттығу: көпірден өт. 2)Допты жоғары лақтыру және оны екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол 3)Қимылды ойын: №1 Ұшқыштар

32		Мақсаты: балаларды жолда жүру кезінде тепе-теңдікті заттар арқылы аттап ұстауға үйрету. Балаларға доппен орындалатын ойын-жаттығуларын үйрету, допты бір-біріне домалату, заттар арасымен жүріп, допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу әдісін қалыптастыру. Қос аяқпен заттарды айнала, бір құрсаудан екінші құрсауға секіру дағдыларын дамыту. Қол алда тізені жоғары көтеріп, алақанға тигізіп жүру, қол артта аяқты алақанға тигізіп сермеп секіріп жүру. Денсаулықтарын спорт арқылы шыңдауға тәрбиелеу. Құралдар: Бау	1.Ж.Д.Ж.№ 14(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)бау астында құлап және бауға тиіп кетпей қолмен жүру Ойын жаттығу: бақалар 2)заттардан аттау арқылы жаяу жүру. Ойын жаттығу:қояндар 3)Қимылды ойын №3 торғайлар мен мысық
33 Таза ауада		Мақсаты: Балаларды ұқыптылыққа ұжымшылдыққа тәрбиелеу. Дененің дұрыс қалпын сақтай отырып (жалпақ табанның алдын алу) шектеулі алаң бойынша бетін төмен қаратып жүруге үйрету; қосымша қадамды орындай отырып, аяқ және қол қимылдарын үйлестіре білуді бекіту, ептілікті, шапшаңдықты дамыту; балалардың қимыл-қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру; балаларда дене жаттығуларымен айналысуға оң көзқарасты қалыптастыру, дене жаттығуларымен өз бетінше айналысуға тілек қалыптастыру. Құралдар: Түйір қарлар немесе қаптар	1.Ж.Д.Ж.№ 14(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) 2колоннада жұппен жүр еденге ені 15см ұзындығы 2м қойылған тақтай аяқпен жүру. қол белде Ойын жаттығу: пингвиндер 2)допты жоғары лақтыру оны екі қолмен ұстау. Ойын жаттығу: қағып ал 3)Қимылды ойын: №5 Өзіңе жұп тап
34		Мақсаты: допты жоғары лақтыруда және оны екі қолмен ұстап тұруда жаттығу. Жүру кезінде жұппен өз іс-әрекеттерін келісуге үйрету; еркін ойпатты сақтай отырып, қысқа қадамдар жасай отырып, шектеулі алаң бойынша тұмсықпен жүру, жалпақ табандықтың алдын алу іс-әрекеттерін бекіту; допты жоғары лақтыруда және оны екі қолмен ұстап тұруда жаттығу; координациялық қабілеттілікті, зейін, зал кеңістігінде бағдарлауды дамыту; ұйымшылдыққа, төзімділікке тәрбиелеу. Құралдар: Балалардың кіші тобына арналған доптар; қаптар, гимнастикалық орындықтар	1.ЖДЖ№15(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) колоннада жұппен жүру, еденге ені 15см ұзындығы 2м қойылған тақтай бойынша аяқпен жүру қол белде. Ойын жаттығу: көпірден өт. 2)Допты жоғары лақтыру және оны екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол 3)Қимылды ойын: №7аңшылар мен қояндар

35		Мақсаты: баланың спортқа қызығушылығын ояту. Жерге тимей, бау астына, доға астына сүңгу білігін қалыптастыру. Балаларды жолда жүру кезінде тепе-теңдікті заттар арқылы аттап ұстауға үйрету. Дене жаттығуларын орындау кезінде мақсаткерлікке тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық қабырға, гимнастикалық орындықтар, қаптар	1.Ж.Д.Ж.№ 15(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) допты бір біріне домалату Ойын жаттығу: сен маған мен саған. 2)кұрсаудан құрсауға заттардан айнала қос аяқпен секіру. Ойын жаттығу:көжектер 3)қолды алға және артқа шапалақтап бум үстімен жүру. Ойын жаттығу: көпірден өт. 4)Қимылды ойын:№ 9қояндар мен қасқыр
36 Таза ауада		Мақсаты Балаларды ұқыптылыққа ұжымшылдыққа тәрбиелеу. Қажетті жерде аяқпен итеруді орындауға үйрету: тым алыс емес және заттың астына түспестен; жұпта бір қалыпты және оңай жүру және жүгіру іскерлігін бекіту; баумен жүргенде тұрақты тепе-теңдікті және тегіс арқанды сақтауда жаттығу; реакцияның жылдамдығын, қозғалысты үйлестіруді дамыту; педагогтың нұсқауларын дәл және тез орындау іс-әрекеттерін қалыптастыруды жалғастыру, басқа балалардың әрекеттерімен өз әрекеттерін келісу, ұқыптылыққа, ұжымшылдыққа тәрбиелеу. Құралдар: Шаңғы	1.Ж.Д.Ж.№ 15(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) 2 колоннада жұппен жүр еденге ені 15см ұзындығы 2м қойылған тақтай аяқпен жүру. қол белде Ойын жаттығу: пингвиндер 2)допты жоғары лақтыру оны екі қолмен ұстау. Ойын жаттығу: қағып ал 3)Қимылды ойын: №11 дөңгелекті лақтыру
37	Желтоқсан	Мақсаты: спортпен шұғылдануға, өмірге сүйіспеншілікпен қарауға, жақсы көңіл-күйді қалыптастыру. Еденге допты лақтырып, кейін серпілген допты екі қолымен қағып алуды үйрету. Төрт адыммен қос аяқпен жоғары серпіле секіруге жаттықтыру. Бағытты өзгерте отырып саппен жүргенде жан-жағына көңіл аударып, шапшандықты арттыруға жаттықтыру. Спортпен шұғылдануды әдетке айналдырып, өз-өзін дамытуды қалыптастыруды ұйымдастыру. Құралдар: Еңіс тақта, доптар, баскетбол сақинасы	1.ЖДЖ№16(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) қатар қойылған кедергілермен арасымен алақанның көмегімен 4 аяқпен еңбектеу ара қашықтығы 1м, ұзындығы 6м Ойын жаттығу: барлаушылар 2)Допты жерге лақтырып қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол 3)Қимылды ойын: №13қойлар мен қойшы

38		Мақсаты: отбасымен бірге салауатты өмір салтын сақтауға жақсы көңіл-күйді қалыптастыру. Балаларға ойын жаттығуларын үйрету-допты бір-біріне заттардың арасымен домалату; допты екі қолымен жоғары лақтырып, қағып алу.Заттардан айналып секіріп жүріп, құрсаудан-құрсауға (обруч)қос аяқпен секіре білуді дамыту.Қолды алда және артта шапалақтап бум үстімен жүруді дамыту.Денсаулығы мықты болу үшін ұмтылуға тәрбиелеу. Құралдар: Шаңғылар, клюшкалар және шайбалар	1.Ж.Д.Ж.№ 16(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) қатар қойылған кедергілермен арасымен алақанның көмегімен 4 аяқпен еңбектеу ара қашықтығы 1м, ұзындығы 6м Ойын жаттығу: барлаушылар 2)Допты жерге лақтырып қағып алу. Ойын жаттығу: мұқият бол 3)Қимылды ойын: №13қойлар мен қойшы
39 Таза ауада		Мақсаты: балаларды ұқыптылыққа ұжымшылыққа тәрбиелеу. Кедергілерге тиіп кетпей, бағытты өзгерте отырып, кедергілердің арасымен еңбектеуді үйрету.Допты жерге лақтырып,жылдам екі қолмен еркін қағып алуға жаттықтыру. Отбасымен бірге салауатты өмір салтын сақтауға, спортпен шұғылдануға, өмірге сүйіспеншілікпен қарауға,жақсы көңіл-күйді қалыптастыру. Құралдар: Доптар, кегли.	1.Ж.Д.Ж.№ 16(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) төрт қадамдап екі аяқпен жоғары секіру Ойын жаттығу: кенгуру 2)колоннада жұп болып жүгіру және жүру. Ойын жаттығу: құстар мен мысық 3)зигзаг тәрізді сәйкес баумен жүру Ойын жаттығу: жыланның ізімен Қимылды ойын: №14 ұшатын құстар
40		Мақсаты:шыдамдылықты шапшаңдықты дамыту. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге, тапсырманы орындауға тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету.Заттарға тиіп етпей, заттар арасымен еңбектеп жүруге жаттықтыру.Шыдамдылықты, шапшаңдылықты дамыту; батылдықпен тәртіптілікті сақтауға тәрбиелеу. Өз қозғалысын, басқа балалардың қимыл-қозғалысымен бірлесе отырып жасауға, жылдам қозғалуды дамыту. Құралдар: гимнастикалық орындық, кегли.	1.ЖДЖ№17(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) гимнастикалық орындық үстімен жүру қол белде орындықтың биіктігі 35см ені 20см Ойын жаттығу: көпірден өт 2)қатар қойылған кедергілердің арасымен 4 аяқпен еңбектеу. Ойын жаттығу: құмырскалар 3)Қимылды ойын: №18 допты тордан лақтыр
41		Мақсаты:демалыс күндерінде өз ниеттерімен спортпен шұғылдана білм керек Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап,бұрылып кейін қарай жүгіру, аққаланы айналып жүгіруді дамыту.Балалар бір-бірімен алма кезек шана тебуге үйрету.Белгіленген бір жерге қос аяқпен секіріп бару, сол жердегі заттан айналып секіру. Демалыс күндерінде өз ниеттерімен спортпен шұғылдана білу керек жөнінде түсіндіріп, тәрбиелеу. Құралдар: шана	1.Ж.Д.Ж.№ 17(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап бұрылып кейін қарай жүгіру Ойын жаттығу: спортшылар 2)белгіленген бір жерге қос аяқпен секіру Ойын жаттығу: аққояндар 3)Қимылды ойын:№20 ұстап ал !

42 Таза ауада		Мақсаты: сенімді болуға ынталандырып тәрбиелеу Заттардың арасымен «жыланша» жүгіру, қол жанда еппен жәй жүріспен жүру. Биік заттың үстімен жүргенде,тепе-теңдік сақтап, басты дұрыс ұстап жүруді жаттықтыру.Допты жоғары лақтырып, саусақты бүгіп, екі қолмен денеге тигізбей қағыпа алуды жаттықтыру. Салауатты өмір салтын сақтауды әдетке айналдыру, сенімді болуға ынталандырып тәрбиелеу. Құралдар: Кегли, гимнастикалық орындық, бала санына қарай доп.	1.Ж.Д.Ж.№ 17(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)заттардың арасынан жыланша жүгіру Ойын жаттығу: жылан 2)гимнастикалық орындықтар үстімен жүру қол белде. Ойын жаттығу: пингвиндер 3)допты жоғары лақтырып екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: допқа тигіз Қимылды ойын: № 21 Кім кетті?
43		Мақсаты:салауатты өмір салтын сақтауға әдетке айналдыру Екі аяқпен алға қарай серпіле секіріп,тізені жартылай бүгіп, аяқтың ұшымен еденге түсуді үйрету.Заттарға тиіп кетпей, айналып жүгіруді жаттықтыру. Фитбол добын бір-біріне домалатуды жаттықтыру. Бір-біріне көмектесуге,мергендікке, дәлдікке дамыту. Құралдар: кегли, фитбол добы 5-7	1.ЖДЖ№18(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) бір біріне допты лақтырып екі қолмен қағып алу Ойын жаттығу: мұқият бол 2)алға қарай ұмтылып қос аяқпен секіру Ойын жаттығу: көжектер 3)Қимылды ойын: №23 қасқырлар мен лақтар
44		Мақсаты: қажет болған жағдайда айналасындағыларға қамқор болуға, көмек көрсетуге адамгершілікке тәрбиелеу Қардан қаланған кірпіштен секіруге,кірпішті айналып жүруге үйрету.(биіктігі 10 см) Қарды алысқа лақтыруға, шанамен алма кезек тебуге жаттықтыру. Жеке қасиеттер (талғампаздық т,б) қалыптастыру. Құралдар: Қасқыр мен мысықтың маскасы	1.Ж.Д.Ж.№ 18(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)бір біріне допты лақтырып екі қолмен қағып алу екі жұптың ара қашықтығы 1,5см Ойын жаттығу: добым менің көңілді 2)Алға қарай ұмтылып қос аяқпен секіру ара қашықтығы 3м Ойын жаттығу: көжектер 3)Қимылды ойын:№ 25 ақ қоян
45 Таза ауада		Мақсаты: тыныс алғанда ауаны ұстап қалмай еркін демалуға қалыптастыру Допты тікесінен төменге лақтырып,еденнен серпілген допты екі қолымен қағып алуға үйрету.Еденнен қос аяқпен белсенді алға қара ұмтыла секіріп жартылай бүгілген аяқтың ұшымен түсуді жаттықтыру. Тыныс алғанда ауаны ұстап қалмай еркін демалуға қалыптастыру. Қажет болған жағдайда айналасындағыларға қамқор болуға, көмек көрсетуге, адамгершілікке тәрбиелеу. Құралдар: доптар, құрсау-3	1.Ж.Д.Ж.№ 18(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) бір біріне допты лақтырып екі қолмен қағып алу Ойын жаттығу: мұқият бол 2)алға қарай ұмтылып қос аяқпен секіру Ойын жаттығу: көжектер 3)Қимылды ойын: №23 қасқырлар мен лақтар

46		Мақсаты: гимнастикалық орындық үстіне тартылуға үйрету. Гимнастикалық орындық үстіне екпетінен жатып, орындықтың екі жанынан ұстап алға тартыла жылжуға үйрету. Допты бір-біріне лақтырып, допты екі жағынан да бірқалыпты еркін қолдың көмегімен ұстауға жаттықтыру. Екі сызықтың бойымен қолды екі жанға созып, тепе-теңдік сақтап, аяқтың ұшымен жүруге жаттықтыру. Салауатты өмір салтын сақтауға әдетке айналдыру, өз отбасын бағалауға тәрбиелеу. Құралдар: гимнастикалық орындық, доптар	1.ЖДЖ№19(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) гимнастикалық орындық үстіне екпетімен жатып, орындықтың екі жанынан ұстап алға тартылу. Биіктігі 30см ені 20см. Ойын жаттығу: спортшылар 2) бір біріне допты лақтырып екі қолмен қағып алу /екі жұптың ара қашықтығы 1,5см/ Ойын жаттығу: допты тигіз 3) екі сызықтың бойымен жүру ені 15см ұзындығы 3м Ойын жаттығу циркте 4)Қимылды ойын: №28 түлкі мен қаздар
47		Мақсаты: демалыс күндерінде спортпен айналысу жөнінде түсіндіру Аққалаға дейін секіріп баруға үйрету, нұсқаушының белгісі бойынша қардан жасалған пішінді айналып жүгіріп келіп тоқтап, бұрылып кейін қарай жүру. Балалар бір-бірімен алма кезек шана тебуге үйрету. Белгіленген бір жерге қос аяқпен секіріп бару, сол жердегі заттан айналып секіру. Демалыс күндерінде өз ниеттерімен спортпен шұғылдана білу керек жөнінде түсіндіріп, тәрбиелеу. Құралдар: шана	1.Ж.Д.Ж.№ 19(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап бұрылып кейін қарай жүгіру Ойын жаттығу: эстафета 2) балалар бір бірімен алма кезек секіріп мөреге жету. Ойын жаттығу: жарысу 3) белгіленген бір жерге қос аяқпен секіріп бару Ойын жаттығу қояндар 4)Қимылды ойын:№ 30 қарағайлы ормандағы аю
48 Таза ауада		Мақсаты: биіктік үстімен жүргенде денесін дұрыс бір қалыпты ұстап жүруге үйрету Биіктік үстімен жүргенде денесін дұрыс бірқалыпты ұстап жүруге үйрету; Денені бірқалыпта дұрыс ұстап, қолдың белсенді көмегімен тартылуды жаттықтыру. Денсаулығына байланысты спорттық жаттығуларды қалыптастырып, шыдамдылыққа дамыту. Салауатты өмір салтын сақтауға әдетке айналдыру, өз отбасын бағалауға тәрбиелеу. Құралдар: гимнастикалық орындық, шаршы	1.Ж.Д.Ж.№ 19(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) гимнастикалық орындық үстімен шаршыны аттап жүру Ойын жаттығу: балапандар 2) гимнастикалық орындық үстінен жүріп екі қолы екі жақта адымдап аттап жүру Ойын жаттығу: пингвиндер 3) балалар алма кезек шана тебу 4)Қимылды ойын: № 29 аққу қаздар

49	Қаңтар	Мақсаты: тепе-теңдікті ұстап тұру іскерлігін ұстап тұру. Саптізбекке бір-бірден тұруға, жан-жаққа шашылып қайтадан саптізбе жылдам өз орнын табуға үйрету. Биіктік үстімен жүргенде денесін дұрыс бірқалыпты ұстап, тепе-теңдік сақтай отырып шаршы үстімен аттап жүруге жаттықтыру. Допты тікесіне еденге лақтырып, кейін серпілген допты екі қолмен қағып алуға жаттықтыру. Жаттықтырушының айтқанын мұқият тыңдап, көрсетілген қозғалыстарын басқа балалармен ұйымдасқан түрде бұлжытпай орындауға дамыту. Шыдамдылыққа, күш жігерін арттыруға тәрбиелеу. Құралдар: Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж.№ 11(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)баланың екі қадамы қашықтықта қойылған заттардан аттап бумен жүру. Ойын жаттығу: бақташы мен табын 2)иілген жолда жүру,және жүгіру. Ойын жаттығу: спортшылар 3)бір қатар қойылған заттар арасында жүру және жүгіру. Ойын жаттығу:аттар 4) Қимылды ойын:№ 6 аттар
50		Мақсаты: тепе-теңдікті ұстап тұру іскерлігін ұстап тұру. Балаларды бір қатарда қойылған заттардың арасымен жыланша жүру мен жүгіруге үйретуді жалғастыру.Қос аяқпен 3метр қашықтыққа секіруді дамыту. Қарды алысқа лақтыруды дамыту. Достыққа сезімге адамгершілікке, алға қойған мақсатына жете білуге тәрбиелеу. Құралдар:Ойыншықтар, кегли	1.Ж.Д.Ж.№ 11(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1)баланың екі қадамы қашықтықта қойылған заттардан аттап бумен жүру. Ойын жаттығу: бақташы мен табын 2)иілген жолда жүру,және жүгіру. Ойын жаттығу: спортшылар 3)бір қатар қойылған заттар арасында жүру және жүгіру. Ойын жаттығу:аттар 4) Қимылды ойын: №7 аңшылар мен қояндар
51 Таза ауада		Мақсаты: тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Орында тұрып қос аяқпен серпіліп ұзындыққа секіру кезінде аяқ пен қолдың қимылын алға және төменге бірлестіре отырып секіруге үйрету. Залда жүргенде бір-біріне кедергі келтірмей саптізбектегі орнын таба білуді қалыптастыру. Допты жүру бағытын сақтай отырып оны белсенді домалауын, көзмердігін дамытуын қадағалау. Жарыстар арқылы балалардың іс-қимылдарын арттыруды дамытып жалғастыру. Балалардың шапшандығын, қимыл-қозғалысын дамыту, тәртіптілікке, шыдамдылыққа, шапшаң және күшті болуға тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық орындық, доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 11(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Басында құм салынған қапшықпен түзу салынған баумен жүру. Ойын жаттығу: пингвиндер 2)балаларға оңға солға бұрылыстарымен орында секіру. Ойын жаттығу: Қояндар 3)Қимылды ойын: № 8 тығылмақ

52		Мақсаты: негізгі қасиеттерді, шапшаңдық ептілікті дамыту Қозғалыс бағытын сақтай отырып, төрт тағандап еңбектеуді үйретуді жалғастыру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіруді дамыту; 2 м қашықтықта тұрып бір-біріне доп тебуге жаттығу, төменнен күшпен итеріп доп қозғалысын бағыттай білуді бекіту;реттілікке қабілеттерін дамыту; қимылдық ойындарды ойнауға ұмтылысын арттыру. Құралдар: Доптар, ілінген зат, қарлар	1.Ж.Д.Ж. №16(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Өрмелеу. гимнастикалық қабырғаға рельстерді аттап, өтпестен жоғары көтерілу Ойын жаттығу: өрт сөндірушілер 2) Тепе-теңдік гимнастикалық орындықта текшелерді аттап өту Ойын жаттығу: Ержүрек торғайлар Қимылды ойын:№14 Ұшатын құстар.
53		Мақсаты: жылдамдық және ептіліктерін дамыту Аққаланың, шыршаның жанында жүгіруге балаларды үйрету. «Мамық қарлар» «Тимей жүгіріп өт» (аққаланың арасымен жүру және жүгіру). Формировать умение метать снежки вдаль Адамның рухани қасиеттерін, жақсы жақтарын үйрету. Құралдар: Қасқырдың маскасы	1.ЖДЖ№17(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Тепе-теңдік қиғаш тақтада жүру және еденде қысқа демалыспен кезектесіп кубтың айналасында жүру Ойын жаттығу:көпірден өт! 2) текшелер арасында оң және сол аяқпен секіру, қашықта 5 метр Ойын жаттығу: Ақ қоян Қимылды ойын: №24 Ұшты-ұшты.
54 Таза ауада		Мақсаты: Белгі бойынша допты лақтыру ,қағып алуға үйрету. Бас пен арқының қалпын сақтауды үйрену, басына қапшық киген қалпында биіктікте жүру кезінде дене қалпын сақтау: Еңбектеу кезінде тепе-теңдік сақтауды пысықтау; қолды бастан асырмай допты жоғары – алға лақтыруды және оны екі қолмен ұстап алуды үйрену; ойындар мен ойын жаттығуларын пайдаланып қозғалыс патенциалын дамытуды жалғастыру, еркіндікке, ұйысшылдыққа тәрбиелеу. Құралдар: гимнастикалық орындық, ілгіш зат, доптар, асықтар	1.Ж.Д.Ж.№ 15(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қатарға тұрып, допты лақтыру «төменнен екі қолымен 2,5 метр қашықтықтан» Ойын жаттығу: Мұқият бол. 2) Тепе –теңдікті сақтау, бөрене үстімен жүру. Ойын жаттығу: Өтеш 3) Қимылды ойын: №7 Аңшылар мен қояндар.

55		Мақсаты: кеңістікке бағдарлай білуді үйрету. Музыкалық сүйемелдеумен түрлі ырғақта түрлі қимылдар жасауды үйрету: өзін-өзі айнала ырғақпен әрі жеңіл секіру; биіктікте жүру кезінде омыртқаның қалпын және тепе-теңдікті сақтап үйрену; орындықтан аяқ ұшымен оңай түсу; алға қарай қос аяқтап секіруді бекіту; дұрыс тыныс алуды үйрену;Қоршаған ортаға берік қарым-қатынас орнатуға денсаулықты сақтауға тәрбиелеу. Құралдар: Гимнастикалық орындақтар, ілмектер мен құрылыс материалдарынан жасалған цилиндрлер	1.Ж.Д.Ж. №19(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Өрмелеу гимнастикалық қабырғаға рельстерді аттап, өтпестен жоғары көтерілу Ойын жаттығу: пингвин 2) гимнастикалық орындықта баланы екі адымында орнатыған текшелерді басып өту. Ойын жаттығу: Көпірден өт 3) Штырлар арасында оң және сол аяқпен секіру Ойын жаттығу: қасқырлар секіреді , жүгіреді Қимылды ойын:№23 қасқырлар мен қаздар
56		Мақсаты: негізгі қасиеттерін, шапшаңдық пен ептілікті дамыту.. Шыршаға, аққалаға дейін қос аяқтап секіруді үйрену, қар көпірмен қарлы кірпіштер арқылы адымдауды үйрену.Балаларды бір-бірін шанамен сүйреуді, таудан түсуді үйрету. Физикалық кабілетті жетілдіру. Құралдар: Талап етілмейді	1.ЖДЖ№20(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) қиғаш тақтада жүру және жүгіру (биіктігі 40см ені 20 см , 2-3 рет қайталау)тепе-теңдік сақтау. Ойын жаттығу:аюлар мен аралар 2) текшелер арасында оң және сол аяқпен секіру Ойын жаттығу: Сұр қоян 3) лақтыру – допты себетке екі қолымен лақтыру, 5-6 рет қайталау. Ойын жаттығу:Мергендер Қимылды ойын: №18 Допты тордан лақтыр.
57 Таза ауада		Мақсаты: икемділіктерін дамыту Бірнеше сызықтан секіруді үйрену, бірмезетте қос аяқпен итеріле секіру, денені алға икей аяқ ұшымен жерге қону; музыкалық сүйемелдеумен түрлі ырғақта түрлі қимылдар жасауды үйрету: тізені жоғары көтеріп жүруді пысықтау,жайлап отыруды орындау, екі қолды бастан асыра допты лақтыруды бекіту, аналитикалық ойлауды. Назар салуды, естуді. Козбен олшеуді дамыту, сенімділікті, талпынысты, әлеуметтік компетенцияны дамыту Құралдар: 4 өрім, доптар, ойынға арналған доптар, таяқшадағы екі ат	1.Ж.Д.Ж.№ 20(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) гимнастикалық орындықта жүру, орындықтың бүйірінен ұстау Ойын жаттығу: Мысық 2) Тепе –теңдік гимнастикалық орындықта жүру, қол белде. Ойын жаттығу: Ақ сирек- көк сирек 3) Қимылды ойын: №15 мысықтар мен балалар

58		Мақсаты: жылдамдық және ептілікті дамыту Қарлы томпектен жүруді балаларға үйрету, қол жанында; қардан қос аяқтап секіруді пысықтау Қарды біріктіруді үйрену, «кегляні құлат». Мұз жолдан тайғанауды үйрету, шанада сырғанауды үйрену. Балаларды мейірімділікке, сенімділікке үйрету. Құралдар: Кегли	1. Ж.Д.Ж. №22 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) Тепе-теңдікті – қиғаш тақтада жүру және жүгіру, (биіктігі 40 см, ені -20 см) 2-3 рет қайталау Ойын жаттығу: Көпірден өту. 2) текшелер арасында оң және сол аяқпен секіру (қашықтық 5 метр) 3-4 рет қайталау. Ойын жаттығу: Ақ қояндар. 3) Лақтыру – допты себетке екі қолымен лақтыру, 5-6 рет қайталау. Ойын жаттығу: сәбіз жинаймыз! Қимылды ойын: №18 Допты тордан лақтыр!
59		Мақсаты: балаларға тақтайшамен орындалатын жаттығуларды үйрету. Тұрған қалыпта допты бастан асыра екі қолмен лақтыруды үйрену, сүгілген қолмен күш түсіре отырып; Қозғалыс қарқынын ұстап тұруды үйрету, аяқты өкшеден аяқ ұшына ауыстыру, иықты бос ұстап, қолды жаймен қозғалысқа келтіру; - арқаны тіктеп, гимнастикалық орындықта басына киілген қапшықпен жүріп өтуді қайталау; сабаққа құштарлықтарын арттыру, денсаулықты сақтауға үйрету. Құралдар: Доптар, гимнастикалық орындықтар, тақтай, аю маскасы	1. ЖДЖ №23 (картотека) 2. Негізгі қимылдар: 1) ұзындыққа секіру (арақашықтық 40 см, -8 рет қайталау) Ойын жаттығу: кім алысқа секіреді? 2) гимнастикалық орындықта жылжып, еңбектеу. Ойын жаттығу: аю ағашқа мінеді 3) доңғалақтардың астында төрт аяғымен жүру, алдына допты басымен итеру. Ойын жаттығу: Қасқырдың апаңына кір Қимылды ойын: 20 Ұстап ал!
60 Таза ауада		Мақсаты: бір орыннан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. Еденге бүйірінен тұрған қыстырмаларынан еңбектеп өтуді үйрену, қол-аяқтың жұмысын үйлестіру; тұрған қалыпта допты бастан асыра екі қолмен лақтыру, допты дұрыс бағыттауды бекіту, қимылдарды ретімен орындау. Ұйлесімділікті, ептілікті, дене жаттығуларын денсаулықпен байланыстыруға тәрбиелеу. Құралдар: Өрлемелі баспалдақ доптар	1. Ж.Д.Ж. № 20 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) Ұзындыққа секіру ара қашықтық 40 см, 6-8 рет қайталау Ойын жаттығу: Кенгуру 2) Шанамен бір-бірін сүйреу, қармен ойнау. Ойын жаттығу: кім бірінші? 3) допты жоғары лақтыру. Ойын жаттығу: қағып ал! 3) Қимылды ойын: №16 лақтыр да, қағып ал!

61	Ақпан	Мақсаты: көзбен мөлшерлей білудің дамыту. Қар төмпегімен жүруді(6 см биіктікте),қардан аттап өтуді бекіту. Қарды көзделген нүктеге лақтыруды үйрену(затты құлат, затқа жеткізе лақтыру),шанада бір бірін сүйреу.Өздігінен физикалық белсенділікпен айналысуға тәрбиелеу.. Құралдар: Қажет емес	1.Ж.Д.Ж. №25(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Сөмкелерді тік мақсатқа лақтыру оң қолымен (иықтан) қашықтығы 3 метр (5-6м) Ойын жаттығу: Мергендер 2) Таяқтың астымен жорғалап жүру (шнур) 40см биіктікте (2-3рет) Ойын жаттығу: Үйректер. 3) Сымның үстінен басу(биіктігі 40см) Ойын жаттығу: Пингвин Қимылды ойын:№12 Сұр қоян жуынады.
62		Мақсаты: балалар зейінің дамыту. Өкшеден аяқ ұшына ауысуды үйрену, жалпақтабандылықтың алдын алу үшін бұдырлы тақайдан жүріп өту; еденге бүйірінен тұрған баспалдақтың қыстыр-маларына а тимей еңбектеп өту, еңбектеу барысында оңға-солға бағытты тез ауыстыру;шектелген аумақта қос аяқтап секіру;тепе-теңдік сақтау қабілетін арттыру, патриотизмге тәрбиелеу. Құралдар: Бұдырлы тақтай, орлемелі баспалдақ	1.ЖДЖ№26(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Тепе-теңдік арқанда басына қаппен, қол белдеумен жолында адымдап жүру (2-3 рет) Ойын жаттығу: Пингвин. 2) Құрсаудан құрсауға секіру бір-бірімен 40 см қашықта орналасқан (6- рет) шеңбер (2-3 рет) Ойын жаттығу: Ақ тиындар. 3) Допты бір-біріне лақтырып және қатардың ортасында еденнен секіргеннен кейін оны ұстап алу. Ойын жаттығу: Сен маған, мен саған. Қимылды ойын: № 17 Кегліді көзде.
63 Таза ауада		Мақсаты: тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Қар білігі бойынша (биіктігі 6 см) жүруге, қар арқылы аттануға үйретуді жалғастыру. Қар лақтыру, бір-бірін шанамен сырғанау білігін жетілдіру. Өз бетінше дене жаттығуларымен айналысуға тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж.№ 24(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Жүру, толтырылған доптардың үстіне басу, тізелерін жоғары көтеру, қолды белде ұстау (2-3 рет) Ойын жаттығу: Күшіктер 2) Қатарда тұрып допты бір-біріне лақтырып, арақашықтық 2м Ойын жаттығу: Мұқият бол! 3) Қимылды ойын: №11 Дөңгелекті лақтыру

64		Мақсаты: тепе-теңдікті сақтап жүруды үйрену. Қабырғалы тақтамен жүру кезінде тепе-теңдікті қорғауға үйрету); еденде бүйірінде тұрған баспалдақтың перекладиналары арасында оларды артпай, жүгіріп өту кезінде солға-оңға бағытын тез өзгерту; шектелген алаң бойынша екі аяқты секіруге жаттығу; ептілікті, үйлестіру қабілетін дамыту; патриотизмді тәрбиелеу, әлеуметтік құзыреттілікті қалыптастыруды жалғастыру. Құрал-жабдықтар: қабырғалы жол; арқан саты; тақта	1.Ж.Д.Ж. №25(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Тепе-теңдік – арқанда басына қаппен , қол белде, жаңынан адымдап жүру (2-3 рет) Ойын жаттығу: Жылан. 2) обручтен құрсауға секіруге, бір-бірінен 40 см қашықта орналасқан 6-8 рет секіру. Ойын жаттығу: Кенгуру. 3) Допты бір-біріне лақтыру және қатардың ортасында еденнен секіргеннен кейін оны ұстап алу. Бір қолымен лақтыру, екінші қолмен ұстап алу. (10-12 рет қайталау) Ойын жаттығу: Ұстап ал! Қимылды ойын:№12 Лақтыр да қағып ал!
65		Мақсаты: шашырап жүгіруге үйрету. Мақсаты: Жылдам қарқынмен жүгіруге, кең қадам жасай отырып, қол қимылдарын жүгіру қадамымен ұштастыруға үйрету; табанның өкшеден мұрынға ауысуын бекіту, тұрақты тепе-теңдікті сақтау (жалпақ табанның алдын алу, табанның күмбезін нығайту); сырғанауға үйрету, ептілікті дамыту. Құрал-жабдық: Қабырғалы жол, шеңбер 5-7 дана.	1.ЖДЖ№26(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Допты бір-біріне лақтыру және қатардан ортасынан еденге лақтыру , кейін оны ұстап алу. Бір қолымызбен лақтырып ал екінші қолмен ұстап алу (10-12рет) Ойын жаттығу:Кенгуру 2) тепе-теңдікті сақтау, гимнастикалық орындықта жүріп түсу. Ойын жаттығу: Пингвин 3) гимнастикалық орындықта өрмелеп жүру. Ойын жаттығу:Аю ағашқа мінеді. Қимылды ойын: № 30 Қарағайлы ормандағы аю.
66 Таза ауада		Мақсаты: қарды жұмарлап лақтыруға жаттықтыру. Ойын жаттығуларын жүргізуді жалғастыру: "секіру-артқа емес" (қар кірпіштері немесе снежки арқылы секіру). Шанамен сырғанауды жетілдіру. Балаларды тұмсықпен және шайбалы ойынмен таныстыру. Бір-біріне деген сүйіспеншілікке тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Шаналар, клюшкарлар, шайбалар	1.Ж.Д.Ж.№ 23(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) шанамен сырғанау 2) Таза ауада ойнайтын ойындарды ойыну, шанамен сырғанау, қарды бір-біріне лақтыру. 3) Қимылды ойын: №11 Дөңгелекті лақтыру.

67		Мақсаты: бір аяқпен секіруге үйрету Екі аяқты шеңберден айналасына секіруге, қолдың төмен-алға жылжуын аяқты жігерлі итергішімен келісуге, аяқты жартылай бүгілген аяқтың аяғын жұмсақ жерге отырғызуға үйрету; жүруді және жүгіруді кезектестіруді бекіту, жылдам қарқынмен жүгіру кезінде корпусты дұрыс ұстай білу: қозғалыс барысында денені сәл көлбеу, иықты тартпау, алға қарай қарау; допты лақтыруда жаттығу, допты ұшудан дұрыс траекторияны (алға-1) беру, допты лақтыруда дұрыс траекторияны (алға-1) әлеуметтік құзыреттілікті дамыту; патриотизмді, салауатты өмір салтына әдетті тәрбиелеу. Жабдық: Балалардың кіші тобына арналған доптар, жалаушалар	1.Ж.Д.Ж. №28(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Тепе-теңдік – арқанда жүру, қол белде, жаңынан адымдап жүру (2-3 рет) Ойын жаттығу: Пингвин 2) Құрсаудан секіру, бір бірлеп , 40см қашықтықта орналасқан (6-8рет қайталау) Ойын жаттығу: Көжектер. 3) Допты бір-біріне лақтыру және қатардың ортасына лақтырып оны ұстап алу. Ойын жаттығу: Мұқият бол! Мақсаты: негізгі Қимылды ойын:№11 Дөңгелекті лақтыру.
68		Мақсаты: шапшаңдықты дамыту. Доп лақтыруға үйрету, бүгілген қолдарды жылдам түзетумен бөртпеге күш беру; бір уақытта екі аяқты жігерлі итеріп, аяқты алға бұрмай, аяққа қондыру; жылдам, күш, көз өлшегішті дамыту; әлеуметтік құзыреттілікті қалыптастыруды жалғастыру; отбасына құндылық қарым-қатынасты тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Балалардың кіші тобына арналған доптар, шеңбер, мысық маскасы	1.ЖДЖ№29(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) тепе теңдік – гимнастикалық орындықта жүріп өту Ойын жаттығу:Блапандар 2) көлбеу тақтайшада жүріп, адымдап өту. Ойын жаттығу: Көпірден өт 3) жүру, жүгіру түрлерін орындау. Ойын жаттығу: Балапандар Қимылды ойын: № 29 Аққу қаздар.
69 Таза ауада		Мақсаты: жылдамдық және ептіліктерін дамыту Балаларды "жол бойымен" (мұз жолымен сырғанау)," бұдан әрі кім "(қарды алыс жерге лақтыру)," Кім жылдам "(жалауға дейін ақшақарға дейін жүгіру) ойын жаттығуларына үйретуді жалғастыру. Тәрбиелеуге, ұйымдастырушылық, шыдамдылық. Құрал-жабдықтар:Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж.№ 27(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Жүгіру. Ойын жаттығу: Бұзаулар. . 2) Шайбаны бір-біріне лақтыру Ойын жаттығу: қағып ал. 3)Артықшылары балалардың саны бойынша хоккей таяқтары мен шайбалары ұстап үйрену. Ойын жаттығу:Хоккейшілер 3) Қимылды ойын: №5 Өзіңе жұп тап.

70		Мақсаты: түрлі тәсілдермен жүруге үйрету.. Гимнастикалық қабырғамен кезектесетін қадаммен жоғары өрмелеуге, қол мен аяқтың қозғалыстарын келісуге; басын артқа бұруға допты доппен бұруға, допты ұшуға дұрыс траекторияны Алға-жоғары бүгілген қолдарды жігерлі түзете білуді бекітуге; ойын жаттығулары арқылы балалардың қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыруға; ептілікті, кеңістіктегі бағдарлауды, ырғақты және қимыл-қозғалыс мәнерлілігін дамытуға; тілектестікті, қоршаған ортаны позитивті қабылдауға тәрбиелеу. Жабдық: Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж. №1(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) гимнастикалық орындықта басына киілген қапшықпен жүріп өту, қол белде (орындық биіктігі 35см ені 20см) Ойын жаттығу: Тиіп кетпе 2) жердегі тақтайға қосаяқтап секіру. Ойын жаттығу: Ақ қояндар. Қимылды ойын:№7 аңшылар мен қояндар
71		Мақсаты: икемділікті дамыту. Тепе-теңдікті сақтауға, баспалдақтарды рейкалар арқылы тізені жоғары көтере отырып, тегіс осанканы сақтай отырып, аттап өтуге үйрету; гимнастикалық қабырға бойымен кезектесетін қадаммен жоғары және төмен қарай өрмелеу, қол және аяқ қимылдарын келісу; "малдас" жағдайында басынан допты лақтыруда жаттығу; лақтыру күшін дамыту, қолды күшпен түзете білу; кеңістіктегі бағдарды дамытуды жалғастыру, жалпы шыдамдылық, қозғалыс ырғағы мен мәнерлілігін, өз қозғалыстарын басқа балалардың қозғалыстарымен келісе білу, білімқұмарлық, саяхат жасау ниеті. Құрал-жабдықтар: Баспалдақ, гимнастикалық қабырға, доптар	1.ЖДЖ№2(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) қос аяқтап сызықтан (1метр қашықтықта) 4сызықта секіру. Ойын жаттығу:Ақ қояндар 2) әуенді ырғақты жүріс (жүру, отырып тұру) Ойын жаттығу: Көжектер 3) бір-біріне доп лақтыру және екі қолымен ұстап алу (2метр қашықтықты екі қолды бастан асыра әдісімен) Ойын жаттығу: Сен маған, мен саған. Қимылды ойын: №9 қояндар мен қасқыр.
72 Таза ауада		Мақсаты: алға қарай екі аяқпен секіруге үйрету Қар құрылыстарының айналасында жүгіруді жалғастыру. "Кеглю" (қар лақтыру мақсатына). Қар білігі бойынша жүру білігін қалыптастыру; қар кірпіштері арқылы секіру. Қоршаған ортаны жақсы қабылдауға, мейірімділікке тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар:Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж.№ 30(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қардан қос аяқтап секіру Ойын жаттығу: Ақ қояндар 2) Қарды алысқа лақтыру. Ойын жаттығу: кеглиді құлат.. 3)Қарлы кірпіштер арқылы адымдау. Ойын жаттығу:Пингвиндер 3) Қимылды ойын: №3 Ақ қоян

73	Наурыз	Мақсаты: балаларды бір заттың астынан өтуге үйрету. Тізе бүгуінсіз, оңға жалғасқан қадамды орындауға, арқасы мен басын тура ұстауға үйрету; көтерілген баспалдақты рейкалар арқылы бірқалыпты аттап аттай білуді бекіту, тізені жоғары көтеру және аяқтарын мұрынға жігерлі қозғалыспен қою, корпусты тура ұстау, тұрақты тепе-теңдікті сақтау; еденде бүйірінде тұрған баспалдақтың перекладиналары арасында жүгіріп жаттығуды үйрету; күш, ептілікті дамыту; азаматтылықты, көмек көрсету ниетін, тапқырлықты тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Баспалдақ, таспа	1.Ж.Д.Ж. №4(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) еденге бүйірінен тұрған қыстырмаларынан еңбектеп өту. Ойын жаттығу: Інге кір 2) тұрғанқалыпта допты бастан асыра екі қолмен лақтыру . Ойын жаттығу: сен маған, мен саған. Қимылды ойын:№8 тығылмақ
74		Мақсаты: допты жоғарыға лақтыруға үйрету. Аяқтарды белсенді бүгуге және орындықтан секіру кезінде жартылай бүгілген аяқтарға жақындауға үйрету; аяқтарды тізеден байқап бүгуінсіз солға жалғау қадамын ырғақты орындау, иықты бұрамау білігін бекіту; "жыланшамен" жүгіруде жаттығу, заттар арасында жүгіру бағытын өзгерту білігін жетілдіру; ойын жаттығуларын орындау арқылы балалардың қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру; ептілікті, кеңістікте бағдарлауды, шапшаңдықты дамыту; коммуникативтік дағдыларды тәрбиелеу, бірлесіп ойнай білу, бір-біріне жол беру.ескерту. Құрал-жабдық: Доп, биіктігі 20 см куб, мат, кегли	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып алу (50см) Ойын жаттығу: Қағып ал. 2) жоғары көтерілген арқан астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Ойын жаттығу: Інге кір.. 3) тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтй жүру. Ойын жаттығу: Пингвин Қимылды ойын: №12 сұр қоян жуынады.
75 Таза ауада		Мақсаты: көз мөлшерлерін дамыту. Нақты мақсат"ойын жаттығуларында лақтыру іскерліктерін дамыту. Шанамен сырғанау, шанамен эстафетаны, тұмсықпен және шайбалы ойындарды өткізуге үйрету. Мұз жолымен қозғала білуді бекіту. Шыдамдылық, тәртіптілік, күшті, епті болуға тілек тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Шаналар, клюшкарлар және шайбалар	1.Ж.Д.Ж.№ 3(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қардан қос аяқтап секіру Ойын жаттығу: Атыспақ 2) Қарды алысқа лақтыру.Кеглимен құлату. Ойын жаттығу: Мергендер. 3)Таза ауада орындалатын жаттығуларды орындау. Ойын жаттығу: жаттығу.. 3) Қимылды ойын: № 11 дөңгелекті лақтыру.

76		Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Допты көтерілген қолдың биіктігіне созылған бау арқылы 2 м қашықтықта тұрып лақтыруға үйрету; орындықтан секіруден кейін тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту, басын және корпусын тура ұстау, алға қарау; күш, шапшаңдықты, ептілікті дамыту; әлеуметтік құзыреттілікті, төзімділікті тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Доп, бау, орындық,	1.Ж.Д.Ж. №4(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бүдірлі тақтайдан жүріп өту (ені 15см ұзындығы 2м) Ойын жаттығу: Көпірден өт. 2) Баспалдақтың еденге бүйірінен тұрған қыстырмаларымен еңбектеп өту. Ойын жаттығу: Аю ағашқа мінеді. 3)Қос аяқпен едендегі тақтайдан секіру Ойын жаттығу: Тышқандар Қимылды ойын:№30 Қарағайлы тоғайдағы аю
77		Мақсаты: тепе-теңдікті сақтауға үйрету. 2 м қашықтықта тұрып, допты алға - жоғары қарай бағыттай отырып, көтерілген қолдың биіктігіне созылған тор арқылы допты жігерлі түрде лақтыра білуді бекіту; педагогтың түсіндірмелерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау, басқа балалармен келісілген қозғалысты орындау, қимылдарды орындау реттілігін сақтау; координациялық қабілеттерді, ептілікті дамыту; өзіне және басқа балаларға батылдық, құндылық қарым-қатынасты тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық қабырға; доптар 5-6 дана, тартылған тор, тубетейка	1.ЖДЖ№5(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) еденге қойылған (ені 15см ұзындығы 2м)қырлы тақтай бойымен жүру Ойын жаттығу:Пингвин 2) еденге бүйірінен тұрған баспалдақтан перекладиналар арасымен жүгіріп өту. Ойын жаттығу: Өрт сөндірушілер 3) еденге орнатылған тақтай бойына екі аяқпен секіру. Ойын жаттығу: Көжектер Қимылды ойын: №21 кім кетті?
78 Таза ауада		Мақсаты: таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. Балаларды бау астына тура және бүйірден, екі аяқты секіруге, 3 м қашықтыққа тікелей бағытта алға жылжып, түрлі заттарды бүгуге үйрету. Доптарды алысқа және мақсатқа лақтыра білуді қалыптастыру. Тәрбиелеу , спортқа баулу. Құрал-жабдықтар: Шнур, кегли, доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 3(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қар арқылы аттау Ойын жаттығу: Ақ қояндар 2) Қарды лақтыру. Ойын жаттығу: Атыспақ 3)шанамен сырғанау Ойын жаттығу:Қуыспақ. 3) Қимылды ойын: №5 Өзіңе жұп тап.

79		Мақсаты: Түрлі жүруді үйретуді жалғастыру Тұрақты тепе-теңдікті сақтауға, екі жағынан жүруден бастап тақтаға екі есе жұмсауға үйрету; көлденең бағытта баспалдақтың басқышын қолмен ұстап тұрып, бойынан аралыққа өту білігін бекіту; 20 см биіктіктен тереңдікке секіруге жаттығу жасау; суреттегі бейнеге сәйкес қимылдарды орындау білігін, зейінді дамыту; Достық, позитивті әлемді сезінуге, айналасындағыларға ұқыпты қарауға тәрбиелеу. Құрал-жабдық: Тақта, гимнастикалық қабырға, биіктігі 20 см куб, мат, қоңырау	1.Ж.Д.Ж. №7(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бір-бірінің соңынан (тырна тәрізді) жүру «тізені жоғары көтеріп, қолын артына ұстап жүру» Ойын жаттығу: Тырналар 2) алға жылжып отырып, бір аяқпен секіру. Ойын жаттығу: Страус 3) Жүру мен жүгіруді кезектестіру Ойын жаттығу: Кім тез? Қимылды ойын: № 29 Аққу қаздар.
80		Мақсаты: жүгіріп келіп, кең қадам жасауға үйрету. Мақсаты: Жеңіл ырғақты секіrmелермен бірге алға қадамды орындауға үйрету; екі жақтан келе жатқан тақтаға екі есе жұмсай білуді бекіту; өз іс-әрекеттерін басқа баланың іс-әрекеттерімен келісу; фитболдарды сырғанауға, қолдың жігерлі қимылымен итермелеуге жаттығу; координациялық қабілеттерін, музыкамен қимыл-қимыл үйлесімділігін дамыту; халық ойындары арқылы қимыл-қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру; тілектестік, бір-біріне көмек көрсете білуді тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: тақта, фитболдар, тақия	1.ЖДЖ№8(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) жылдам қарқынмен жүгіру (қашықтық 15м) Ойын жаттығу: Құстар ұшады 2) еденге қойылған ені 15см ұзындығы 2м қырлы тақтай бойымен жүру. Ойын жаттығу: көпірден өт. 3) тік бағытта сырғанау. Ойын жаттығу: Пингвин Қимылды ойын: №26 қаздар.
81 Таза ауада		Мақсаты: бір орында тұрып секіруге үйрету. Тепе-теңдікті ұстап тұруға үйретуді жалғастыру-бумамен жүру, текшеден аттап, бүйірімен қосымша қадаммен жүру. Доптарды алысқа лақтыра білуді дамыту. Тәрбиелеуге, ұйымдастырушылық, шыдамдылық. Ойын: "Карусель", "фигураны жаса", "қармақ". Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық бум, кубиктер, доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 6(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Секіру. Ойын жаттығу: Спортшылар. 2) Шаңамен сырғанау.. Ойын жаттығу: паравоз. 3)Хоккей ойыны элементтері Ойын жаттығу:Хоккеист. 3) Қимылды ойын: №5 Өзіңе жұп тап.

82		Мақсаты: гимнастикалық қабырғаға өрмелеуге жаттықтыру. Орындықтың бетінен жан-жақты итеруге және секіру кезінде жартылай бүгілген аяқтарға жұмсақ қонуға үйрету; бір аяқты алға қарай көтере білуді бекіту және оған екіншісін қою, аяқты аяқты аяққа ішке бұрамау, тіреуіш қадаммен кезектесіп бірқалыпты отыруды орындау; көтерілген баспалдақты рейкалар арқылы аттап аттап, тізе көтере отырып және тегіс арқа ұстай отырып жаттығуды жалғастыру; ойын арқылы қозғалыс әлеуетін дамыту, әлеуметтік, ұйымшылдықты, құзыреттілікті тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж. №13(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) гимнастикалық қабырғаға өрмелеу. Ойын жаттығу: Өрт сөндірушілер 2) отыру жағдайында бас жағынан допты лақтыру.. Ойын жаттығу: Мұқият бол. Қимылды ойын:№ 11 дөңгелекті лақтыру.
83		Мақсаты: гимнастикалық қабырға бойымен кезектесіп қадаммен жоғары әрі төмен өрмелеуге үйрету. Дұрыс бастапқы қалпын қабылдауға, допты алға-жоғарыға лақтыруға-қолды жігерлі түзетумен; орындықтан секіруден кейін тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту, басын және корпусын тура ұстау, алға қарау; көз өлшегіштерді дамыту, қозғалыстарды үйлестіру, статистикалық тепе-теңдік, дене шынықтыру сабақтарына қызығушылық, ұйымшылдыққа, төзімділікке, қимыл-қозғалыс тапқырлығына тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Ұсақ доптар, биіктігі 20 см куб, мысық маскасы	1.ЖДЖ№14(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) гимнастикалық қабырғаға өрмелеу. Ойын жаттығу: Өрмекшілер 2) отыру жағдайда бас жағынан допты лақтыру. Ойын жаттығу: Мұқият бол! Қимылды ойын: №5 Күн мен түн
84 Таза ауада		Мақсаты: ұйымшылдыққа, шыдамдылыққа тәрбиелеу. Екпіннен биіктікке, орнынан ұзындыққа секіру іскерліктерін дамыту. Допты бір-біріне лақтыра білуді жетілдіру. Дене шынықтырумен айналысуға, ептілік пен жылдам болуға тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, мат, Балалардың кіші тобына арналған доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 12(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Мұз жолдар бойымен сырғанау. Ойын жаттығу: Жолаушалаға тез жет. 2) Алысқа қар лақтыру. Ойын жаттығу: Ақшақарға тез жет. 3)Белгіге дейін жүгіру. Ойын жаттығу:Эстафета ойындары 3) Қимылды ойын: №2 түрлі-түсті көліктер

85	Сәуір	Мақсаты: оңға жалғасқан қадамды орындауға үйрету. Көлбеу тақтай бойынша жоғары қарай жүгірген кезде қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіруге үйрету; қолды иық үстінен Алға-жоғары қарай белсенді түрде көтере білуді бекіту және алыстан лақтырған кезде бөренеге күш беру; бір уақытта екі аяқты жігерлі итеріп, жартылай бүгілген аяқтарға жұмсақ қондыру; дене шынықтырумен айналысуға, ептілік пен жылдам болуға тәрбиелеу. Құрал жабдық: Көлбеу тақта, лақтыру қаптары, шеңбер	1.Ж.Д.Ж. №16(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Қосымша қадаммен жүру, оңға солға. Ойын жаттығу: Қырықаяқ. 2) Рейк арқылы еденге 20см жоғары көтеріліп, баспалдақтан аттау. (қол белде) Ойын жаттығу: Көпірден өт. 3)Еденге бүйірінінен тұрған баспалдата перекладина арасынан жүгіріп өту. Ойын жаттығу:Өрт сөндірушілер Қимылды ойын:№ 27 Күн мен түн.
86		Мақсаты: аяқтарды белсенді бүгуге және орындықтан секіруге үйрету. Жоғары тіректегі тұрақты тепе-теңдікті сақтауға, екі жағынан жүруден бастап, орындыққа екі есе жұмсауға үйрету; көлбеу тақтаның шетінен (төменгі жағынан үлкен 4 саусақты) ұстай білуді бекіту, арқасын тегіс сақтау, алға қарай қарау; асықтардың бір қолымен лақтырумен жаттығу, лақтыру күшін дамыту; қазақ халқының тұрмыс элементтерімен, ойындармен танысу арқылы балалардың ой-өрісін дамыту; төзімділікке тәрбиелеу.	1.ЖДЖ№17(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) 20см биіктіктен тереңдікке секіру. Ойын жаттығу: Апаңдағы аю 2) солға жалғасқан қадаммен жүру. Ойын жаттығу: Жыланша жүру. 3) «Жыланша аяқпен жүгіру» бірқатар заттар арасымен жүгіру. Ойын жаттығу: Жылан Қимылды ойын: №4 аюдың апаныңда
87 Таза ауада		Мақсаты: лақтыру тәсілдерін үйрету. Жерге тимей, доға астына өрмелей білуді дамыту. Жер бетінде сызылған сызықтар арқылы заттардың айналасында екі аяқты секіру іскерлігін жетілдіру. Доптарды алысқа және мақсатқа лақтыра білуді дамыту. Дене шынықтырумен айналысуға, ептілік пен жылдам болуға тәрбиелеу. Жабдық: доға, куб, шағын доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 15(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Допты лақтыруға үйрету. Ойын жаттығу: Мергендер 2) Бір сапта жүгіріп, жалаушалармен жаттығу жасау. Ойын жаттығу: Мұқият бол! 3) Қимылды ойын: №2 Түрлі-түсті көліктер.

88		Мақсаты: педагогтың түсіндіруін тыңдау. Мұрын арқылы дем алуға, жеңіл және ырғақты жүгіруге, жүгіру қарқынын өзгертпей, қолдың табиғи қозғалысымен жоғары аяғын көтермеуге үйретуді жалғастыру; тапсырманы орындаумен гимнастикалық орындықпен жүру біліктерін бекіту: ортасына дейін жету, бастапқы нүктесіне бұрылу және қайта оралу, өз әрекеттерін басқа баланың әрекеттерімен келісу; асық Алға - жоғары қарай қолдың жігерлі қозғалысымен бағыттай білуді дамыту; жалпы шыдамдылық, үйлестіру қабілеті; төзімділікке, Қазақстан мәдениетіне қызығушылықты тәрбиелеу. Құрал-Жабдықтар: Гимнастикалық орындықтар, тартылған тор, орамал немесе орамал доп	1.Ж.Д.Ж. №19(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу,аралықтан оңға қарай жалғасқан адымен аралыққа өту.(2белбеу) Ойын жаттығу: Көпірден өт. 2) Допты кеудесіне екі қолмен тор арқылы лақтыру (торға дейінгі қашықтық 2 м) Ойын жаттығу: Мергендер. Қимылды ойын:№ 2 Түрлі –түсті көліктер
89		Мақсаты: реттілігін сақтауға, ептілікті дамыту Биіктігі 5 см 2 заттан кейін рет-ретімен секіруге үйрету; аяқты мұрынға қоя білуді бекіту, өкшеде тұзу аяқтарда жүруді орындау, табан байламдарын нығайту (жалпақ табанның алдын алу); гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеуде жаттығу, аралықтан оңға қарай (3 перепладина) жалғасқан адым аралыққа өту; ептілікті, күшті, тез реакция, зейін дамыту; азаматтылықты, ұйымшылдықты, батылдық, өз күшіне деген сенімділікті тәрбиелеу.	1.ЖДЖ№20(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу, аралықтан оңға қарай жалғасқан адыммен аралыққа өту (2 белбеу бойынша) Ойын жаттығу: Өрт сөндірушілер 2) Допты кеудесінен екі қолмен тор арқылы лақтыру (торға дейінгі қашықтық 2метр) Ойын жаттығу: Дәл түсір. Қимылды ойын: №11 Дөңгелекті лақтыру.
90 Таза ауада		Мақсаты: тепе-теңдік сақтауға бөрене үстімен жүруге үйрету. Балаларды бір-біріне "Прокати и поймай", "кегли Сбей" (2 м-6-7 метр қашықтықта) айналдыруды үйретуді жалғастыру. Допты лақтыру және кеглдерді қағып алу қабілетін жетілдіру). Қоршаған ортаға ұқыпты қарауға, өз денсаулығына құндылықты қарауға тәрбиелеу. Құрал-жабдық: Шеңбер, кегли, орташа доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 18(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бөріне үстімен жүру Ойын жаттығу:Пингвиндер 2) Алаңда айнала баяу жүгіру. Ойын жаттығу: Құстар ұшады. . 3) Қимылды ойын: №1 Ұшқыштар

91		Мақсаты:тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Қатарда өз орнын табуға үйрету; бір уақытта екі аяқпен еденнен жігерлі итеру білегін бекіту; тіректің кішірейтілген ауданы бойынша жүруде жаттығу; тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту; ептілік, назар аудару, дене шынықтыру сабақтарына қызығушылығын қалыптастыру. Құралдар: Бала санына байланысты жалаушалар	1.Ж.Д.Ж. №22(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Тапсырманы орындау мен еденге қойылған тақтамен жүру, екі жағынан жүру. Ойын жаттығу: Көпірден өтіп кет 2) Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу.Аралықтан оңға қарай. Ойын жаттығу: Өрт сөндірушілер. 3)20см биіктіктен тереңдікке секіру. Ойын жаттығу: Қояндар Қимылды ойын:№ 14Ұшатын құстар.
92		Мақсаты: Секіртпелермен секіруге үйрету Балаларды"жалауға дейін кім жылдамырақ"(кубик, кегли) ойын жаттығуларының көмегімен жүгіруге және жүруге үйрету. "Кім жылдам". Допты илеу білігін дамыту - "Кубикке дейін домалату" бауының астына (сымның астына,доғаның астына).Ұжымшылдыққа тәрбиелеу,жылжымалы ойындарда ұжымдық жұмыс істей білу жабдық: текшелер, кегли, доптар 3 дана, ұзындығы 3 метр бау Құралдар: Кегли, доптар	1.ЖДЖ№23(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Музыка ырғақтық қозғалыс(алға қарай қадам секіру) Ойын жаттығу: Кішкентай аттар. 2) Тапсырманы орындау еденге қойылған тақтамен жүру. Ойын жаттығу: Судан өт. 3)Екі жағынан жүріп,тақтада екі есе еру. Ойын жаттығу: Кім тез? Қимылды ойын: №6 Аттар.
93 таза ауада		Мақсаты: Балаларды бау астынан өтуге, түрлі заттарды бүгуге үйрету. Нұсқаушының сигналы бойынша лекте жүргенде бағытты өзгертуге үйрету; лекте бір-бірден сапқа тұруды бекіту, лекте сапқа тұруда кеңістіктегі іс-әрекеттердің дербестігін және бағдарлауды дамыту; орнында екі аяқты секіруге жаттығу; нұсқаушының түсініктемесін тыңдау, көрсетілімді қадағалау; ұжымшылықты тәрбиелеу, бірлесіп ойнауға ниет білдіру. Құрал-жабдықтар: Түрлі –түсті жалаушалар	1.Ж.Д.Ж.№ 21(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бау астында тура және бүйірден өрмелеу. Екі аяқпен секіру 3м қашықтықта тікелей бағытта алға жылжи отырып және түрлі заттарды ию. Ойын жаттығу: Барлаушылар. 2) Допты алысқа лақтыру. Ойын жаттығу: Кім тез? 3)Допты мақсатқа лақтыру Ойын жаттығу: мергендер Мақсаты: көз мөлшерлерін дамыту. 3) Қимылды ойын: № 11 Дөңгелекті лақтыру.

94		Мақсаты: Ұйымшылдыққа, шапшаңдыққа үйрету. Баспалдақтарды, аяқты бірге, аяқты жыртуға үйрету; нұсқаушының сигналы бойынша колоннада жүргенде бағытты бір-бірімен бетпе-бет келместен, әр бағытта жүгіріп жаттығуды; ептілікті, қимылдарды үйлестіруді және спорт залының кеңістігіндегі бағдарлауды дамыту; ұйымшылдықты, дербестікті тәрбиелеу. Құралдар: Талап етілмейді	1. Ж.Д.Ж. №25 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) Доптарды оң және сол қолмен лақтыру (ұсақ доптар) Ойын жаттығу: Түрлі доптар. 2) 20 см биіктіктен тереңдікке секіру. Ойын жаттығу: Маймылдар. Қимылды ойын: № 11 Дөңгелекті лақтыру.
95		Мақсаты: Ұйымшылдыққа, шапшаңдыққа үйрету Балаларды тепе-теңдікті ұстап тұруға үйретуді жалғастыру – көпірше (тақтай, жер), жол бойынша ені 20 см. секіру, сол жерде, қоян сияқты, доптар сияқты, оң және сол жаққа бұрыла отырып, секіру іскерлігін жетілдіру. Допты жұппен, жол бойымен (баудан, рейкадан, жерге салынған сызықтан) домалату. Қимылды ойындар: «Қиярым, қиярым.» Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылық қалыптастыру. Құралдар: Қоян мен Қасқыр маскасы	1. ЖДЖ №25 (картотека) 2. Негізгі қимылдар: 1) Музыка ырғағымен қозғалыстар (алға қадам, бір қалыпты) Ойын жаттығу: Билеп тұр. 2) 20 см-ге көтерілген баспалдақта рейкадан аттау. Ойын жаттығу: Көпірден өтіп кет. Қимылды ойын: №17 Кеглиді көде
96 Таза ауада		Мақсаты: Ұйымшылдыққа, шапшаңдыққа үйрету. Доп қозғалысының бағытын сақтай отырып, бір-біріне аяғының бастапқы қалпынан доппен илемдеуді үйрету; аяқты тізеге сәл бүгіп, бір-біріне секіру білігін бекіту; әртүрлі бағытта зал бойынша жүруде жаттығу; заттарды сол және оң жағынан ию білігін жетілдіру; дене жаттығуларымен айналысуға оң көзқарасты тәрбиелеу, өзін-өзі жетілдіру уәждемесін қалыптастыруға ықпал ету.. Құралдар: Талап етілмейді	1. Ж.Д.Ж. № 24 (картотека) 2. Негізгі қимылдар 1) Баскетбол ойынының элементтері. Ойын жаттығу: Баскетбол. 2) Жүру түрлері, алдыға қарап жүру - бір бүйірімен жүру - қысқа және кең адыммен жүру - кең адыммен жүру - қарқынмен жүру Ойын жаттығу: Эстафета 3) Қимылды ойын: № 5 Өзіңе жұп тап.

97	Мамыр	Мақсаты: Дене шынықтырумен айналысуға ептілік пен жылдам болуға тәрбиелеу. Қозғалыс бағытын сақтай отырып, төрт бөлікке (6 м қашықтыққа) жүгіріп жүруді үйрету; допты бір-біріне айналдыра білуді бекіту; қашықтыққа сәйкес допты итерудің күшін дамыту; жалпы төзімділікті, ептілікті, үйлестіру қабілетін дамыту; экологиялық мәдениетті тәрбиелеуге, қоршаған ортаны эстетикалық қабылдауға ықпал ету. Жабдық: тақта, 1 топшадағы доптар, баулар, Қасқыр маскасы Құралдар: Доптар	1.Ж.Д.Ж. №28(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Екпеден биіктікке секіру. Ойын жаттығу: Кенгуру 2) Орнынан ұзындыққа секіру Ойын жаттығу: Ақ қояндар 3)Допты бірбіріне лақтыру Ойын жаттығу:Сен маған, мен саған. Қимылды ойын:№ 11 Дөңгелекті лақтыру.
98		Мақсаты: Бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыруға үйрету. 2 аяқты затқа дейін секіру білігін бекіту; «бұлақтарды қайта секіру» (баулар, рейкалар арқылы). Допты «илектеу және артқы емес» (заттар арасында) илектеу білігін дамыту; допты заттардың айналасында екі жаққа илектеу. Қозғалыс ойындары: «жүгіріп өту тыныш», «борада аю». Тәрбиелеу, ұйымшылдық, дербестік. Жабдық: 1 топшадағы тақта, доптар, баулар, аю маскасы Құралдар: Бау, доптар	1.ЖДЖ№1(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) сапқа тұру Ойын жаттығу: Өз орныңды тап. 2) Бір қатар тізбекпен жүру және жүгіру. Ойын жаттығу: Паравоздар. 3)Екі сапатаізіліп тұру. Ойын жаттығу:Үйсіз қоян. Қимылды ойын: №9 Қояндар мен қасқыр.
99 Таза ауада		Мақсаты: Дене шынықтырумен айналысуға ептілік пен жылдам болуға тәрбиелеу Тепе – теңдікті сақтай отырып, тік орналасқан баумен жүруге үйрету; төрт бөлікке қол және тізе тіреуімен жүгірген кезде қол және аяқ қимылдарын келісу білігін бекіту; ырғақты секіруде-аяқтарын бірге, аяқтарын бас үстінде мақтаны орындаумен айқастыруды жаттығу; эстетиканы, айналасындағыларға тілектестік қарым-қатынасты тәрбиелеу. Құралдар:Доптар, бау	1.Ж.Д.Ж.№ 27(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Оң және сол қолмен допты лақтыру (ұсақ доптар) Ойын жаттығу: Өз орныңды тап. 2) 20см биіктіктен тереңдікке секіру Ойын жаттығу: Көжектер. 3) Қимылды ойын: № 5 Өзіңе жұп тап

100		Мақсаты: Дене жаттығуларын орындауға қызығушылығын ояту. Қозғалыс бағытын сақтай отырып, колоннада бір-бірден жүгіруге үйрету; баумен жүру кезінде бастың дұрыс қалпын сақтай білуді бекіту; еркін бағытта допты сырғанауға жаттығу; ойындарды қолдану арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту, тілектестік, белсенді демалуға дағдыландыру. Құралдар: Таяқшалар, бау	1.ЖДЖ№4(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Жерге тимей доға астымен өту. Ойын жаттығу: Барлаушылар. 2) Заттардың айналасында екі аяқпен секіру, жерде сызылған сызықтар арқылы. Ойын жаттығу: Классики. 3)Допты алысқа лақтыру. Ойын жаттығу:Дәл тигіз! Қимылды ойын: №17 Кегліді көзде.
101		Мақсаты: Дене шынықтыруға қызығушылығын арттыру. Балаларды доппен ойын жаттығуларын жүргізуге үйрету: допты бір – біріне домалату «добы по дорожке и догони», «Подбрось-поймай» (допты жерге лақтыру және оны екі қолмен ұстап алу). Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықты қалыптастыру. Құралдар: Доптар,	1.Ж.Д.Ж. №2(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) «Арық арқылы секру» Ойын жаттығу: Қояндар 2) Допты жоғары лақтырып , екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: Мұқият бол! Қимылды ойын:№ 25 Ақ қоян.
102 Таза ауада		Мақсаты: Таза ауада ойнатылатын ойындармен таныстыру. Баспалдақтарды орындауға (бір аяғы алға, екінші аяғы артқа) үйрету; колоннадан шықпай, қолдың табиғи қозғалыстарымен жеңіл және ырғақты жүгіре білуді бекіту; қозғалыс бағытын сақтай отырып, төрттікте жүгіріп жаттығуды; жалпы төзімділікті, үйлестіру қабілетін дамыту; позитивті әлемді, ұйымшылдықты тәрбиелеу. Құралдар: Талап етілмейді	1.Ж.Д.Ж.№ 30(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бірінші тапсырманы орындықта жүру.Екі қолы жаныңда. Көлбеу тақтай бойынша алақандармен тізелерге жоғары және төмен қарай сырғу. Ойын жаттығу: Пингвиндер. 2) Ұсақ заттарды (асықпен) оң және сол қолмен лақтыру. Ойын жаттығу: Алшы, бүк. 3) Қимылды ойын: № 16 Лақтыр да қағып ал!

103		Мақсаты: Дене шынықтыруға қызығушылығын арттыру. Допты жан-жақты итермелеуге және доптың қозғалыс бағытын сақтауға үйрету; аяқтың қалпын біртіндеп өзгерте білуді бекіту; тіректің кішірейтілген ауданы бойынша жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтауда жаттығу, арқа бұзылуының алдын алу; педагогтың түсіндірмелерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау; сау, әдемі болуға тәрбиелеу. Құралдар: Доптар, Кегли	1.Ж.Д.Ж. №2(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) «Арық арқылы секру» Ойын жаттығу: Қояндар 2) Допты жоғары лақтырып , екі қолмен қағып алу. Ойын жаттығу: Мұқият бол! Қимылды ойын:№ 25 Ақ қоян.
104		Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту. Жүру және жүгіру іскерлігін қалыптастыру: "тартпа-тартпа» (алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру).Тепе-теңдікті ұстай білуді дамыту-заттар (бөренелер) арқылы аттап, жол бойымен жүру; бір жолға қойылған заттар арасында жүру және жүгіру дағдыларын жетілдіру; «көпірше» (бум бойынша) бойынша жүруде жаттығу, алға жылжумен екі аяқты секіру, бір қатарға қойылған заттар (кегли, доптар) арасында, доп, кубик айналасында секіру. Құралдар:Гимн. Орындықтар, текшелер, кегли,	1.ЖДЖ№3(картотека) 2.Негізгі қимылдар: 1) Гимнастикалық орындықта қолын белге қойып, баяу қарқындап жүру. Ойын жаттығу: Көпірден өт. 2) Жіп үстінен қос аяқпен секіру. Ойын жаттығу: Қояндар. Қимылды ойын: №7 Аңшылар мен қояндар.
105 Таза ауада		Мақсаты: Қапшықты нысанға дәл лақтыруды үйрету және көз мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Төртбұрышты арқанның астына басын тигізбей жүзуге үйрету; допты жігерлі итеру және доп қозғалысының бағытын сақтау, көз өлшегішті дамыту; нұсқаушының түсіндірмелерін тыңдау, көрсетілімді қадағалау, басқа балалармен келісілген қозғалысты орындау; шыдамды, ұйымшылдықты тәрбиелеу. Құралдар: Жіп, арқанды, доптарды, жағаны – доғаны бекітуге арналған штангалар	1.Ж.Д.Ж.№ 3(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Бір қатар тізбектеп бір-бірден , сол иығына таяқшаны қойып жүру (бір белгісіне қарай жұппен тұрып қалу) және жүру (екі белгісіне қарай бір қатар сапқа тұру) Ойын жаттығу: Жүру түрлері 2) Нысанаға қапшықты көздеп лақтыру (құм толтырылған) Ойын жаттығу: Дәл тигіз! 3) Қимылды ойын: №27 Күн мен түн.

106		Мақсаты: Ұйымшылдыққа, шапшаңдыққа үйрету. Тепе-теңдікті сақтай отырып, шеңберге сәйкес лентамен жүруге үйрету; арқа бұзылуының алдын алу; төрт бөлікке жүгірген кезде қол мен аяқтың жұмысын үйлестіруді дамытуды жалғастыру, топтасып, таспа қоймау іскерлігін бекіту; өзін-өзі жетілдіру уәждемесін қалыптастыру, спортпен айналысу әдетін, әдемі болу ниетін тәрбиелеу. Құралдар: Ұзындығы 3-5 метр бау	1.Ж.Д.Ж. №5(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Доптарды оң және сол қолмен лақтыру (ұсақ доптар) Ойын жаттығу: Түрлі доптар. 2) 20см биіктіктен тереңдікке секіру. Ойын жаттығу: Маймылдар. Қимылды ойын:№ 11 Дөңгелекті лақтыру.
107		Мақсаты: Ұйымшылдыққа, шапшаңдыққа үйрету «Кімшеңберденсекіріпүлгереді»ойынжаттығуы (жердешеңберсызылған, балаларшеңбердіңартында, ал жүргізушішеңберортасындатұрады. Балаларекіаяқтышеңберге, ал жүргізушініңжақындауынақарай–керісекіреді. 2 аяқтыдоппенқолдарындасекіру, доптыбір-біріне лақтыруіскерлігінқалыптастыру. Құралдар: Доптар,	1.ЖДЖ№6(картотека) 1) Музыка ырғағымен қозғалыстар (алға қадам, бір қалыпты) Ойын жаттығу: Билеп тұр. 2) 20см-ге көтерілген баспалдақта рейкадан аттау. Ойын жаттығу: Көпірден өтіп кет. Қимылды ойын: №17 Кеглиді
108 Таза ауада		Мақсаты: Дене шынықтырумен айналысуға ептілік пен жылдам болуға тәрбиелеу Өз іс-әрекеттерін басқалардың әрекеттерімен келісе отырып, сапқа тұрып, сапта ырғақты жүруге және жүгіруге үйрету; баумен жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту; бір-біріне доппен сырғанауда жаттығу; глазомерді, дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықты дамыту; дербестікті, ұйымшылдықты тәрбиелеу. Құралдар: Ұзындығы 3-5 метр бау, балалардың 1 топшасына доптар	1.Ж.Д.Ж.№ 24(картотека) 2.Негізгі қимылдар 1) Оң және сол қолмен допты лақтыру (ұсақ доптар) Ойын жаттығу: Өз орныңды тап. 2) 20см биіктіктен тереңдікке секіру Ойын жаттығу: Көжектер. 3) Қимылды ойын: № 5 Өзіңе жұп тап.

«Ақбота» бөбекжай-балабақша



Г.С.Жундибаева

«Ақбота» бөбекжай- балабақшасы» МКҚК

Менгерушісі Г.С.Жундибаева

**Білім беру саласы: Денсаулық
Бөлімі: Дене шынықтыру
Кіші тобының ұйымдастырылған
оқу іс-әрекетінің
перспективалық жоспары**

2022-2023 оқу жылы

Кіші топ: Құлыншақ тобы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму; тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бұту (жазу), қатарында тұрған – отырған адамға қолындағы затты бере отырып, тұлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын көтеру және түсіру, арқасынан бүйіріне, ішіне және кері қарай аударылу, алға, жан-жағына қарай еңкей
Қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүру. Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру
Қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.
Желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру
Қаңтар	Дене шынықтыру	Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге және т. б.): тұру. Қимылды ойындар. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбандап жүру және т. б.).
Ақпан	Дене шынықтыру	Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15см): құрсаудан құрсауға аттап өту; тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу. Орнында жүру. Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бұту. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға қою. Аяқтың бақайларын қимылдату (отырып). Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету;. Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.

Наурыз	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүгіру. Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Еңбектеу, өрмелеу. Шектеулі жазықтың, көлбеу тақтайдың бойымен, доғаның, гимнастикалық скамейканың астынан, әртүрлі заттардың: арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Биіктігі 10 см, ауданы 50 x 50 см модульге өрмелеу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.
Сәуір	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жалпы дамытушы жаттығулар Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұғу және ашу. Арқаның бұлшық еттерін және омыртқаның иілгіштік қасиетін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Жанында тұрған (отырған) адамға қолындағы заттарды беріп, оңға-солға бұрылу. Алға және екі жаққа еңкею. Еденде отырып, аяқтарды кезекпен бұғу және жазу. Шалқасынан жатқан қалыпта аяқтарын көтеру және түсіру. Тізерлеп тұрып, өкшеге отыру және тұру. Іштің және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру Үстел басындағы мәдениеттің қарапайым дағдыларын қалыптастыру: нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып шайнау, тамақ ішкенде сөйлемей, үстел басында дұрыс отыру.
Мамыр	Дене шынықтыру	Спорттық жаттығулар Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өзбетінше рөлді басқаруға үйрету; Сауықтыру-шынықтыру шаралары Серуенде қимылды ойындарға қатысуға және жаттығуларды орындауға қызығушылық пен ықылас танытуға баулу. Шынықтыру шараларын өткізу кезінде балалардың денсаулық жағдайын ескеріп, жеке тәсілді жүзеге асыру. Өткенді қайталау.

«Ақбота» бөбекжай-балабақшасы



Handwritten signature

«Ақбота» бөбекжай- балабақшасы» МКҚК

Менгерушісі Г.С.Жундибаева

**Білім беру саласы: Денсаулық
Бөлімі: Дене шынықтыру
Кіші «Ромашки» орыс тобының
ұйымдастырылғаноқу іс-әрекетінің
перспективалық жоспары**

2022-2023 оқу жылы

Младшая группы «Ромашки»

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
1	Сентябрь	Цель: Прививать интерес к выполнению физических упражнений. Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие, формировать интерес к занятиям физической культурой.	1.ОРУ № 1 (картотека) 2. ОД: - Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см) - Прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка) 3.Подвижная игра «Беги ко мне» (Картотека игра №1)
2 Воздух	Сентябрь	Цель: Совершенствовать навык выполнения основных видов движений в ходьбе и прыжках. Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем, формировать интерес к занятиям физической культурой.	1.ОРУ № 1 (картотека) 2. ОД: - Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см) - Прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка) 3.Подвижная игра «Кролики» (Картотека игра №2)
3	Сентябрь	Цель: Развивать физические качества, способствующие укреплению здоровья (быстрота и ловкость). Развивать умение детей бегать и ходить с помощью игровых упражнений; развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; воспитывать уважение друг к другу.	1.ОРУ № 1 (картотека) 2.ОД: - ходьба стайкой за инструктором - бег и ходьба до заданного предмета; 3.П/и «Воробушки и кот» (Картотека игра №3)

4	Сентябрь	Цель: Приобщать к совместной деятельности со сверстниками в подвижных играх. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте; воспитывать уважение друг к другу.	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - Ходьба парами в стайке за инструктором - Бег парами в стайке за инструктором 3. П/игра: «Птичка прячется». (Картотека игра №4)
5 Воздух	Сентябрь	Цель: Формировать навык ходьбы в разных направлениях. Упражнять в ходьбе по залу в разном направлении; совершенствовать умение огибать предметы слева и справа; воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями.	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - ходьба между предметами в произвольном направлении. - прыжки на всей ступне с работой рук (пружинка) 3. П/игра: «Найдем птичку». (Картотека игра №5)
6	Сентябрь	Цель: Формировать навык сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Продолжать учить детей удерживать равновесие-ходьба по мостику(по доске, по земле), по дорожке – ширина 20 см. Совершенствовать умение прыгать, подпрыгивать на месте, как птички. Формировать интерес к занятиям физической культурой. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, маска мышки.	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - ходьба по мостику; - прыжки на месте; 3. П/и «Огуречик, огуречик». (Картотека игра №6)

7	Сентябрь	Цель: Уметь катать мяч в прямом направлении. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; уметь энергично отталкивать мяч при прокатывании, способствовать воспитанию экологической культуры. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на 1 подгруппу, маска кота.	1. ОРУ № 1 2. ОД: - ходьба в колонне по одному. - прокатывание мячей. (прокати и догони). П/игра: «Воробушки и кот». (Картотека игра №3)
8 Воздух	Сентябрь	Цель: Формировать навык прыжка с продвижением вперёд. Формировать умение прыгать на 2 ногах до предмета; Развивать умение прокатывать мяч (между предметами); воспитывать доброжелательное отношение к окружающим. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, мячи.	1. ОРУ № 1 2. ОД: - прыжки на 2х ногах до и через предмета; - прокатывание мяча между предметами 3. П/и «Беги ко мне». (Картотека №1)
9	Сентябрь	Цель: Уметь прокатывать мяч между предметами. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. Воспитывать организованность, самостоятельность. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мячи на 1 подгруппу, шнуры, маска медведя	1. ОРУ № 1 2. ОД: - ходьба в колонне по одному. - прокатывание мячей. (прокати и догони). 3. П/и «Пробеги тихо». (Картотека игра №7)

10	Сентябрь	Цель: Формировать навык ползания под шнуром. Развивать ориентировку в пространстве; умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур, воспитывать доброжелательность, привычку к активному отдыху. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, маска пса.	1. ОРУ № 2 (Картотека) 2. ОД: - ходьба по кругу с поворотом по сигналу - ползание с опорой на ладони и колени под шнур 4. П/и «Лохматый пес». (Картотека игра №8)
11 Воздух	Сентябрь	Цель: Развивать физическую активность во время бега в колонне по одному. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны; развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать позитивное мироощущение, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - бег в колонне по одному; - ходьба по шнуру 3. П/игра «Найдем жучка». (Картотека игра №9)
12	Сентябрь	Цель: Уметь группироваться и реагировать на сигнал. Развивать ориентировку в пространстве; умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур, воспитывать интерес к занятиям физической культурой. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, маска медведя.	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - ходьба по кругу с поворотом по сигналу - бег по кругу - «доползи до погремушки» 3. П/и «Быстро в домик». (Картотека игра №10)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
13	Октябрь	Цель: Формировать умение держать равновесие при ходьбе по прямой. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; воспитывать желание быть здоровыми, красивыми. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, шнуры для моделирования дорожки.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД: -Равновесие «Пойдем по мостику». -Прыжки. 3. Подвижная игра «Догони мяч». (Картотека игра №11)
14 Воздух	Октябрь	Цель: Развитие навыков ходьбы с перешагиванием через предметы. Формировать умение ходить и бегать: (бег с одного края площадки на другой). Развивать умение удерживать равновесие-ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы (бруски). ОБОРУДОВАНИЕ: дорожка, кубики, маленький обруч – руль.	1. ОРУ № 3(картотека) 2. ОД - равновесие-ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы (бруски); -бег с одного края площадки на другой. 3. П/игра «Машина едет в гараж». (Картотека игра №13)
15	Октябрь	Цель: Формировать навык прыжка с продвижением вперед. Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу; воспитывать выдержку, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: обручи (большие и маленькие), мячи.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД: - Прыжки из обруча в обруч. -«Прокати мяч». 3. П/игра: «Ловкий шофер». (Картотека игра №12)

16	Октябрь	Цель: Развивать навык ползания на четвереньках. Уметь ходить по ленте, положенной по кругу, сохраняя равновесие; профилактика нарушений осанки; продолжать развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках, закреплять умение группироваться и не задевать ленту; формировать мотивацию самосовершенствоваться, воспитывать привычку к занятиям спортом, желание быть красивыми. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур длиной 3-5 метров	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ходьба по шнуру, положенному по кругу; - ползание на четвереньках на расстояние 6 м, в сочетании с ползанием под веревку, поднятую на высоту 40 см. 3. П/и «Бабочки, лягушки и цапли». (Картотека игра №14)
17 Воздух	Октябрь	Цель: Развивать навык бегать и ходить в колонне, сохраняя строй. Согласовывая свои действия с действиями других; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру; упражнять в катании мячей друг другу; развивать глазомер, интерес к занятиям физкультурой; воспитывать самостоятельность, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур длиной 3-5 метров, мячи на 1 подгруппу детей, скамейка.	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ходьба и бег в колонне по одному; - ходьба по шнуру, положенному по кругу; - катание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки (расстояние 2 м). 3. П/игра «Быстро в домик». (Картотека игра №10)

18	Октябрь	Цель: Развивать навык энергичного отталкивания от пола во время прыжка и мягкого приземления. Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, обручи (большие и маленькие).	1. ОРУ № 4 (картотека) 2 ОД: - прыжки на 2х ногах с мячом в руках, - «Прокати мяч». 3. П/игра «Машина едет в гараж». (Картотека игра №13)
19	Октябрь	Цель: Формировать навыки ловкости и быстроты при выполнении игровых упражнений. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом; воспитывать бережное отношение к своему здоровью, мотивацию к здоровому образу жизни. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, набивные мячи.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД - Игровое упражнение «Быстрый мяч»; - Игровое упражнение «Проползи — не задень»; 3. П/игра: «Зайка серый умывается». (Картотека игра №15)
20 Воздух	Октябрь	Цель: Формировать навыки организованности в подвижных играх. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны; развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать позитивное мироощущение, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, игрушка зайка.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД: - бег в колонне по одному; - ходьба по шнуру 3. П/игра «Найдем зайку». (Картотека игра №16)

21	Октябрь	Цель: Формировать навык ходьбы по буму, сохраняя равновесие. Учить детей прокатыванию мяча по сигналу воспитателя и бег за ним. Воспитывать интерес к занятиям физкультурой; самостоятельность, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, мячи на 1 подгруппу.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД - ходьба по гимнастическому буму, руки в стороны - прокатывание мяча по сигналу воспитателя и бег за ним 3. П/игра: «Зайка серый умывается». (Картотека игра №15)
22	Октябрь	Цель: Уметь реагировать на сигнал во время подвижных игр. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая палка, мячи 5-6 шт, кегли 5 шт.	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ползание на четвереньках на расстояние 1,5 м, в сочетании с ползанием под палку, поднятую на высоту 50 см; - Равновесие «Пробеги — не задень». 3. П/игра: «Вробушки и кот». (Картотека игра №3)
23 Воздух	Октябрь	Цель: Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, мотивацию к здоровому образу жизни Развивать равновесие-ходьбу по дорожке, перешагивая через предметы; ходьбу по дорожке боком приставным шагом. ОБОРУДОВАНИЕ: кубики 3-4 шт., игрушка медведь.	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - равновесие-ходьбу по дорожке, перешагивая через предметы; - ходьба по дорожке боком приставным шагом. 3. П/игра: «У медведя во бору». (Картотека игра №17)

24	Октябрь	Цель: Развивать навыки прыжка с поворотом вправо, влево. Ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки); закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур 5 м., мешочки с песком, скамейка.	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове; -ползание на четвереньках на расстояние 1,5 м, в сочетании с ползанием под палку, поднятую на высоту 50 см; - прыжки на месте с поворотами направо, налево. 3. П/игра: «Быстро в домик». (Картотека игра №10)
----	---------	--	---

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
25	Ноябрь	Цель: Развивать навыки приземления на полусогнутые ноги во время прыжка. Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках воспитывать доброжелательность, самостоятельность, бережное отношение к игрушкам и своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: доска для ходьбы; маленькие обручи.	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - Равновесие «В лес по тропинке». - Прыжки «Зайки - мягкие лапочки». 3. П/игра: «Ловкий шофёр». (Картотека игра №12)
26 Воздух	Ноябрь	Цель: Формировать умение ходить между двумя линиями не выходя за её пределы. Выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног; закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий; развивать общую выносливость, координационные способности, способствовать воспитанию экологической культуры, развитию организованности, внимания. ОБОРУДОВАНИЕ: 2 ленты по 5м., платок	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - прыжки на месте 5 раз (повторить 2 раза с перерывом); - ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15см, длина 3 м); - бег по дорожке 3. П/игра: «У медведя во бору». (Картотека игра №17)
27	Ноябрь	Цель: Развивать навыки прокатывания мяча в парах. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах с мячом в руках, на сигнал воспитателя; вызвать у детей эмоциональный отклик и желание выполнять упражнения. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи по количеству детей.	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - прыжки на двух ногах с мячом в руках, на сигнал воспитателя присесть. - прокатывание мяча в парах; 3. П/игра: «Самолёты». (Картотека игра №18)

28	Ноябрь	Цель: Уметь выполнять движения по сигналу, развивать координацию движения. Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча другу, развивая координацию движений и глазомер. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи по количеству детей, 8—10 плоских картонных обручей (или шнуров) диаметром 40 см; маски курочки и коршуна.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - Прыжки «Через болото». - Прокатывание мячей «Точный пас» 3. П/игра: «Балапандар». (Картотека игра №19)
29 Воздух	Ноябрь	Цель: Развивать навык группироваться и выпрямляться при подлезании под дугу. Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры; продолжать обогащать двигательный опыт детей, развивать желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. ОБОРУДОВАНИЕ: дуга; доска для ходьбы; маска кошки.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - подлезание под дугу боком (высота 40 см); - равновесие «По тропинке». 3. П/игра: «Птички и кошка». (Картотека игра №21)
30	Ноябрь	Цель: Совершенствовать умение ходить по буму с хлопками перед собой. Развивать умение прыгать на 2 ногах вокруг предметов, из обруча в обруч. Воспитывать желание быть здоровыми. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи по количеству детей, обручи 10 шт.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - прыжки на 2 ногах вокруг предметов, из обруча в обруч - хождение по буму с хлопками в ладоши перед собой. 3. П/игра: «Мыши в кладовой». (Картотека игра №20)

31	Ноябрь	Цель: Формировать положительное отношение к физическим упражнениям. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании; формировать у детей, желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, кубики.	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - Игровое задание с мячом «Прокати - не задень». - «Проползи - не задень» 3. П/игра: «Поезд». (Картотека игра №22)
32 Воздух	Ноябрь	Цель: Сохранять красивую осанку при ходьбе. Согласовывать свои действия в паре при ходьбе; закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади, делая короткие шаги, сохраняя непринужденную осанку, профилактика плоскостопия; упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками; развивать координационные способности, внимание, ориентировку в пространстве зала. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мячи по количеству детей.	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - ходьба в колонне; ходьба на носках по дорожке, руки на поясе; - подбрасывание набивного мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. П/игра: «Вороны». (Картотека игра №23)
33	Ноябрь	Цель: Воспитывать целеустремлённость при выполнении физических упражнений. Формировать умение подлезать под дугу, не касаясь руками пола. Держать равновесие при ходьбе по дорожке, перешагивая через предметы. Воспитывать целеустремленность при выполнении физических упражнений. ОБОРУДОВАНИЕ: дуги, кубики.	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - подлезание под дугу, не касаясь руками пола. - ходьба по дорожке, перешагивая через предметы. 3. П/ игра «Самолёты». (Картотека игра №18)

34	Ноябрь	Цель: Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал. Развивать координацию движений во время ползания; держать равновесие; воспитывать аккуратность, коллективизм. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, кубик.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - Ползание. Игровое задание - «Паучки». -Равновесие 3. П/Игра «Цветные автомобили». (Картотека игра №24)
35 Воздух	Ноябрь	Цель: Закрепить умение координировать работу рук и ног при ползании. Уметь ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки); упражнять в энергичном подпрыгивании с поворотами направо и налево; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур 5 м., мешочки с песком, скамейка.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове; -ползание на четвереньках на расстояние 1,5 м, в сочетании с ползанием под палку, поднятую на высоту 50 см; - прыжки на месте с поворотами направо, налево. 3. П/игра: «Быстро в домик». (Картотека игра №10)
36	Ноябрь	Цель: Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, кубики.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - Игровое задание с мячом «Прокати - не задень». - «Проползи - не задень» 3. П/игра: «Поезд». (Картотека игра №22)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
37	Декабрь	Цель: Развивать ориентировку в пространстве. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках; воспитывать дисциплинированность, смелость. ОБОРУДОВАНИЕ: кубики, шнур.	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - Равновесие. Игровое упражнение «Пройди - не задень». - Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки- попрыгушки» 3. П/игра «Коршун и птенчики». (Картотека игра №25)
38 Воздух	Декабрь	Цель: Совершенствовать прыжки до обозначенного места на двух ногах и прыжки вокруг этого предмета. Развивать умение бегать вокруг снежной бабы, производить поворот по сигналу воспитателя и бег в другую сторону. Катать друг друга на санках поочередно. Воспитывать потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях активного отдыха.	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - бег и разворот по сигналу воспитателя, вокруг снежной бабы; - катание детей на санках поочередно; прыжки на двух ногах до обозначенного места; 3.П/игра «Самолеты» (Картотека игра №18)
39	Декабрь	Цель: Уметь бегать «змейкой» между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к здоровому образу жизни. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли, гимнастическая скамейка, бубен.	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - бег «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м); - ходьба по гимнастической , руки на поясе. 3. П/игра «Будь ловким». (Картотека игра №26)

40	Декабрь	Цель: Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Уметь прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами, одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног; воспитывать чуткость и доброжелательность. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2 м; - бег «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6 м), на носках, руки на поясе; 3. П/игра «Мышеловка». (Картотека игра №32).
41 Воздух	Декабрь	Цель: Воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных, волевых и т.д.) Учить детей прыгать через снежные кирпичики (высота 10 см) в чередовании с ходьбой вокруг кирпичиков, развивать умение бросать снежки вдаль, катание друг друга на санках попеременно. ОБОРУДОВАНИЕ: маска волка.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - прыжки через снежные кирпичики; - броски снежков вдаль; - катание друг друга на санках; 3. П/и: «Зайцы и волк». (Картотека игра №28)
42	Декабрь	Цель: Формировать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжке со скамейки. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении и на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча; воспитывать доброжелательность, желание помочь другим, необходимость заботиться об окружающих. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, 3 обруча	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат - Прокатывание мячей друг другу Игра: 3. П/игра: «Поезд». (Картотека игра №22)

43	Декабрь	Цель: Уметь останавливаться по сигналу. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценностного отношения к семье и близким. ОБОРУДОВАНИЕ: снежки, дуга.	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - Прокатывание снежка между предметами - Ползание под дугу «Проползи — не задень» 3. П/и «Мышеловка». (Картотека игра №32).
44 Воздух	Декабрь	Цель: Повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды. Прыгать до снежной бабы; бегать вокруг снежных построек по сигналу воспитателя, менять направление, в чередовании с ходьбой. Совершенствовать умение ходить по извилистой дорожке. ОБОРУДОВАНИЕ: санки	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - бег и разворот по сигналу воспитателя, вокруг снежной бабы; - катание детей на санках поочередно; прыжки на двух ногах до обозначенного места; 3. П/и «Берегись, заморожу». (Картотека игра №30)
45	Декабрь	Цель: Формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценностного отношения к своему здоровью и близких. Сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре; развивать общую выносливость, силу. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, кубики, шнур	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - ходьба по гимнастической скамейке руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см); - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 3. Подвижная игра: «Охотник и зайцы». (Картотека игра №29)

46	Декабрь	Цель: Воспитывать выдержку, силу воли. Уметь строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьбе врассыпную и быстро находить свое место в колонне; закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе. Оборудование: доска, кубики.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - построение в колонну по одному, ходьба врассыпную; - ходьба доске с перешагиванием через кубики, руки на поясе; 3. П/игра «Вороны». (Картотека игра №23)
47 Воздух	Декабрь	Цель: Формировать навык ходьбы и бега змейкой, между предметами, поставленными в один ряд, врассыпную Развивать умение прыгать на 2 ногах на расстояние 2м. Совершенствовать в бросании снежков на дальность. Воспитывать чувство дружбы, товарищества, целеустремленность. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли для дорожки, мячи (снежки).	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - ходьба и бег змейкой между предметами, поставленными в один ряд, врассыпную; - прыжки на 2 ногах на расстояние 2 метра 3. П/игра «Охотник и зайцы». (Картотека игра №29)
48	Декабрь	Цель: Воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, шнур.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. - хождение по горке, удерживая равновесие. 3. П/игра: «Птица и птенчики». (Картотека игра №31)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
49	Январь	Цель: Развивать глазомер, внимательность, быстроту реакции Прокатывать мяч друг другу, сидя друг против друга на расстоянии 1.5м; закреплять умение проползать под дугу; продолжать формировать умение выполнять указания педагога точно, не торопясь; воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, дуга.	№ 1 ОРУ № 9 2. ОД: - прокатывание мяча друг другу и ловля его двумя руками - проползание под дугой; 3. П/игра: «Мыши в кладовой». (Картотека № 20)
50 Воздух	Январь	Цель: Формировать умение метать снежки вдаль Формировать умение бегать вокруг снеговика, ёлки. Воспитывать морально-нравственные, духовные черты личности человека ОБОРУДОВАНИЕ: маска волка	1. ОРУ № 9 2. ОД: - ходьба и бег между снежными кирпичиками; - метание снежков вдаль; 3. П/и «Зайцы и волк». (Картотека № 28)
51	Январь	Цель: Формировать умение передвигаться «змейкой» между предметами. Уметь координировать работу рук и ног при ползании по лавке на четвереньках; закреплять умение двигаться змейкой между предметами; способствовать воспитанию экологической культуры, гражданственности. ОБОРУДОВАНИЕ: лавка, кубики, снежки.	1. ОРУ № 9 2. ОД - ползание по лавке на четвереньках; - движение змейкой между предметами; 3. мп/игра: «Снежки». (Картотека № 39)

52	Январь	Цель: Уметь ползать по бревну на четвереньках. Уметь сохранять правильное положение спины и головы, контролировать положение тела при ходьбе с мешочком на голове; закреплять умение сохранять равновесие при ползании по бревну; совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед- вверх, не забрасывая за голову, и ловить его двумя руками; воспитывать доброжелательность, организованность.	1. ОРУ № 10 2. ОД: - ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе - ползание по бревну на четвереньках; - бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. П/игра: «Мышеловка» (Картотека № 27)
53 воздух	Январь	Цель: Формировать умение перешагивать через снежные кирпичики. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах до елки, снеговика Развивать умение ходить по снежному мостику(по снежному валу) Формировать умение перешагивать через снежные кирпичики.	1. ОРУ № 10 2. ОД: - прыжки на двух ногах; - ходьба по ограниченной площади (по мостику); - перешагивание через снежные кирпичики; 3. П/игра «Берегись, заморожу». (Картотека № 30)
54	Январь	Цель: Сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной опоре. Формировать навык прыжка на двух ногах с продвижением вперед; продолжать формировать навыки рационального дыхания; воспитывать бережное отношение к окружающему миру, ценностное отношение к своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли, мячи.	1. ОРУ № 10 2. ОД - прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстоянии 2 м. -бег до кегли и обратно 3. П/игра: «Догони мяч». (Картотека № 11)

55	Январь	Цель: Закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением. Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, воспитывать старательность, уверенность ОБОРУДОВАНИЕ: 4 косички, мячи на подгруппу детей, ленточка для игры, два коня на палочке.	1. ОРУ № 9 2. ОД: - Равновесие «Пройди - не упади». - Прыжки «Из ямки в ямку». 3. П/игра: «Ловишка». (Картотека № 32)
56 Воздух	Январь	Цель: Уметь бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах через снежки. Формировать умение метать снежки вдаль.	1. ОРУ № 9 2. ОД - Прыжки на двух ногах, через снежки; - метание снежков вдаль «Сбей кеглю» 3. П/и «Охотник и зайцы» (Картотека №29)
57	Январь	Цель: Развивать координационные способности, общую выносливость, навыки рационального дыхания; представления о связи физических упражнений со здоровьем. Закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными движениями рук, с расслабленными плечами; воспитывать привычку к занятиям, здоровому образу жизни.	1. ОРУ № 9 2. ОД - бег в медленном темпе (1 минута); - перелезание через модули. 3. П/игра «Вороны». (Картотека № 23)

58	Январь	Цель: Закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными движениями рук, с расслабленными плечами Упражнять в ходьбе по доске с мешочком на голове, сохраняя осанку; воспитывать привычку к занятиям, здоровому образу жизни. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мешочки, верёвочки, маска медведя	1. ОРУ № 10 2. ОД - бег в медленном темпе (1 минута); - ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе - прыжки на двух ногах через верёвочки 3. П/игра: «У медведя в бору». (Картотека № 17)
59 Воздух	Январь	Цель: Ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног. Продолжать ходить по снежному валу (высота 6 см), перешагиванию через снежки. Совершенствовать умение метать снежки в цель (сбей предмет, добрось до предмета), катать друг друга на санках. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. ОБОРУДОВАНИЕ: санки, снежки.	1. ОРУ № 10 2. ОД - перешагивание через снежки; - метание снежков в цель; - катание на санках 3. П/и «Берегись, заморожу!» (Картотека № 30)
60	Январь	Цель: Закреплять умение отбивать мяч от пола; развивать координационные способности, общую выносливость. Ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног; воспитывать привычку к занятиям, здоровому образу жизни, гражданственность. ОБОРУДОВАНИЕ: веревочная лестница, мячи на подгруппу детей, маска совы.	1. ОРУ № 10 2. ОД - ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу; - отбивание мяча об пол 3. П/и «Совушка». (Картотека № 40)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
61	Февраль	Цель: Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений в ходьбе по ребристой дорожке. Повторить прыжки с продвижением вперед; воспитывать выдержку, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: набивные мячи; ребристая дорожка, обручи 5-7 шт.	1. ОРУ № 11 (картотека) 2. ОД: - ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2м); - прыжки с продвижением вперед. 3. П/и «Ловишка». С ленточками. (Картотека игра №32)
62 Воздух	Февраль	Цель: Познакомить детей с игрой с клюшкой и шайбой. Воспитывать дружелюбность по отношению друг к другу. Прыжки через снежные кирпичики или снежки. Совершенствовать умение катания на санках. ОБОРУДОВАНИЕ: санки, клюшки, шайбы	1. ОРУ № 11 2. ОД: - прыжки через снежные кирпичики или снежки. - катание на санках - элементы игры в хоккей 3. П/и «Поезд» (Картотека игра №22)
63	Февраль	Цель: Упражнять в отбивании мяча об пол. Прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, мягко приземляться на носки полусогнутых ног; закреплять умение чередовать ходьбу и бег, умение правильно держать корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед. ОБОРУДОВАНИЕ: обручи; мячи на подгруппу детей.	1. ОРУ № 11 2. ОД: - прыжки из круга в круг; - бег в быстром темпе (расстояние 20 м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен; - отбивание мяча об пол. 3. М/игра: «Слушай сигнал». (Картотека игра №33)

64	Февраль	Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты с мягким приземлении на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом; воспитывать ценностное отношение к семье. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, обручи, маска кошки.	1. ОРУ №12 2. ОД: -Прыжки «Веселые воробышки». -Прокатывание мяча «Ловко и быстро!». 3. П/и «Птички и кошка» (Картотека № 21)
65 воздух	Февраль	Цель: Формировать организованность, выдержку. Формировать навык скольжения по ледяной дорожке и умение держать равновесие; развивать глазомер и скорость. ОБОРУДОВАНИЕ: снежки, флажки.	1. ОРУ № 12 2. ОД: - скольжение по ледяной дорожке; - метание снежков в даль; - бег до флажка 3. П/и «Ловишки» (Картотека № 32)
66	Февраль	Цель: Развивать общую выносливость, силу; продолжать формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем. Продолжать формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценностного отношения к своему здоровью и близким, воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, обручи.	1. ОРУ № 12 2. ОД; - ходьба по гимнастической скамейке руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см); - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 3. П/и «Воробышки в гнёздышках» (Картотека № 34)

67	Февраль	Цель: Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений. Формировать навык бросания мяча через шнур, развивать ловкость и глазомер; повторить ползание через шнур, не касаясь руками пола. ОБОРУДОВАНИЕ: набивные мячи, шнур	1. ОРУ № 11 2. ОД: - бросание мяча через шнур двумя руками, - пролезание под шнур 3. П/игра «Найди себе пару» (Картотека № 35)
68 Воздух	Февраль	Цель: Формировать умение ходить по снежному валу; прыгать через снежные кирпичики. Продолжать развивать бег вокруг снежных построек. Уметь метать снежки в цель. Воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира. ОБОРУДОВАНИЕ: не требуется	1. ОРУ № 11 2. ОД: - бег вокруг снежных построек; - ходьба по снежному валу; - прыжки через снежные кирпичики; 3. П/и «Охотники и зайцы». (Картотека № 29)
69	Февраль	Цель: Сохранять устойчивое равновесие; упражнять в ползании между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Уметь выполнять приставной шаг вправо, без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо; закреплять умение ритмично перешагивать через рейки приподнятой лестницы, высоко поднимать колени и ставить ноги энергичным движением на носок, держать корпус прямо. ОБОРУДОВАНИЕ: лестница, верёвка, ленты.	1. ОРУ № 11 2. ОД: - ходьба приставным шагом (вправо); - перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см от пола (руки на поясе); - ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. 3. П/игра: «Кто соберет больше лент?» (Картотека № 36)

70	Февраль	Цель: Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнение в равновесии; воспитывать коммуникативные навыки, умение играть совместно, уступать друг другу. ОБОРУДОВАНИЕ: дуга, 2 доски	1. ОРУ № 12 2. ОД: - Лазание под дугу в группировке «Под дугу». - Равновесие (2 доски) 3. Мп/игра: «Лови-бросай». (Картотека № 37)
71 Воздух	Февраль	Цель: Формировать умение кататься и выполнять игровые упражнения с санками. Развивать умения метания в игровых упражнениях «Точно в цель». Упражнять в умении владеть клюшкой и шайбой. Воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими. ОБОРУДОВАНИЕ: санки, клюшки и шайбы.	1. ОРУ № 12 2. ОД: - катание на санках; - эстафета с санками; - игровые упражнения с клюшкой; 3. П/игра «Хитрая лиса» (Картотека № 38)
72	Февраль	Цель: Уметь перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м. Закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед; развивать силу, быстроту, ловкость; воспитывать социальную компетентность, толерантность. ОБОРУДОВАНИЕ: мяч, шнур, скамейка,	1. ОРУ № 12 2. ОД: - бросание мяча через шнур от груди двумя руками (расстояние до шнура 2м); - прыжки в глубину с высоты 20см. 3. П/игра «Мышеловка» (Картотека № 27)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
73	Март	Цель: Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; повторить прыжки между предметами; воспитывать смелость, ценностное отношение к себе и к другим детям. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, кубики, тюбетейка	1. ОРУ № 13 2. ОД: - «Ровным шажком» - Прыжки «Змейкой» 3. П/игра «Такая тастамак» (Картотека №41)
74 Воздух	Март	Цель: Развивать навык броска на дальность. Лазать под шнур прямо и боком, прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед на дистанцию 3 м в прямом направлении и огибая различные предметы. Воспитывать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к занятиям спортом. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, кегли, мячи мал,	1. ОРУ № 13 2. ОД: - лазание под шнур прямо и боком, - прыжкам на двух ногах, продвигаясь вперед на дистанцию 2 м в прямом направлении и огибая различные предметы; - метание мяча на дальность 3. П/и «Самолеты» (Картотека игра №18)
75	Март	Цель: Воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение, бережное отношение к окружающим. Сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см; развивать внимание; ОБОРУДОВАНИЕ: доска, куб высотой 20 см, мат, колокольчик.	1. ОРУ № 13 2. ОД: - ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; - прыжки в глубину с высоты 20см. 3. П/и «Кролики» (Картотека игра №2)

76	Март	Цель: Воспитывать доброжелательность, умение помогать друг другу. Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. ОБОРУДОВАНИЕ: верёвочки, мячи, тубетейка.	1. ОРУ № 14 2. ОД: - Прыжки «Через канавку». - Катание мячей друг другу «Точно в руки». 3. П/игра: «Такия тастамак». (Картотека № 41)
77 воздух	Март	Цель: Закреплять навык ходьбы и бега по извилистой дорожке. Формировать умение удерживать равновесие - ходить по буму, перешагивая через предметы, поставленные на расстоянии 2 шагов ребенка. Способствовать оздоровлению детского организма, воспитывать желание всегда быть здоровыми. ОБОРУДОВАНИЕ: маска мышки, гимнастическая скамейка, кубики 5 шт, кегли 10-12 шт, шнур.	1. ОРУ № 14 (картотека) 2. ОД: - ходьба по буму, перешагивая через предметы, поставленные на расстоянии 2 шагов ребенка; - ходьба и бег по извилистой дорожке; - ходьба и бег между предметами, поставленными в один ряд. 3. П/и «Трамвай» (Картотека игра № 43)
78	Март	Цель: Развивать равновесие, умение удерживать мешочек на голове. Выполнять движения ритмично под музыку; закреплять навык прыжка с поворотом. Способствовать оздоровлению детского организма, воспитывать желание всегда быть здоровыми. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, мешочки.	1. ОРУ № 14 (картотека) 2. ОД: - музыкально-ритмические движения (ходьба и бег под музыку); - ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком на голове (вес 100 грамм); - прыжки на месте с поворотами вокруг себя. 3. П/игра: «Великаны и карлики». (Картотека игра № 42).

79	Март	Цель: Формировать умение бросать и ловить мяч двумя руками. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; упражнять в отбивании мяча об пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре; воспитывать позитивное мироощущение, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, скамейка	1.ОРУ № 13 (картотека) 2.ОД: - «Брось - поймай»; - Игровое упражнение «Муравьишки». 3.П/игра «Зайка серый умывается» (Картотека № 15)
80 Воздух	Март	Цель: Закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. Метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки; развивать глазомер, координацию движений, статистическое равновесие, интерес к занятиям физической культурой, воспитывать организованность, выдержку, двигательную находчивость. ОБОРУДОВАНИЕ: мелкие мячи, куб высотой 20 см., маска кошки.	1. ОРУ № 13 2. ОД: - метание вдаль правой и левой рукой, (мелкие мячи); - прыжки в глубину с высоты 20см. 3. Подвижная игра: «Птички и кошка». (Картотека № 21)
81	Март	Цель: Закреплять умение выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь. Выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом; упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки; продолжать развивать двигательный потенциал посредством игр. ОБОРУДОВАНИЕ: лестница, маска кошки.	1. ОРУ № 13 2.ОД: - музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, плавные приседания); -перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20 см. П/игра: «Мысық пен тышқан».

82	Март	Цель: Формировать навык метания предмета вдаль. Уметь координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх; закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль; упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на полусогнутые ноги; воспитывать желание заниматься физической культурой, быть ловкими и быстрыми. ОБОРУДОВАНИЕ: наклонная доска, мешочки для метания, обручи	1. ОРУ № 14 2. ОД: - ползание по наклонной доске вверх на ладонях и коленях; - метание вдаль правой и левой рукой (шишки); - прыжки из круга в круг. 3. М/игра: «Орнынды тап». (Картотека № 44)
83 Воздух	Март	Цель: Закреплять навык прыжка на двух ногах вокруг предметов. Развивать умение лазать под дугу, не касаясь земли. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах вокруг предметов, через линии, начерченные на земле. Развивать умение метать мячи на дальность и в цель. Воспитывать желание заниматься физической культурой, быть ловкими и быстрыми. ОБОРУДОВАНИЕ: дуги, кубы, малые мячи	1. ОРУ № 14 2. ОД: - лазать под дугу, не касаясь земли. - прыжки на двух ногах вокруг предметов, через линии, начерченные на земле. - метание мяча вдаль и в цель 3. П/и «Охотник и зайцы» (Картотека № 29)

84	Март	Цель: Закреплять навык ползания на четвереньках. Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре; воспитывать толерантность, интерес к культуре Казахстана. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, обручи, разноцветные флажки.	1. ОРУ № 14 2. ОД: - бег в медленном темпе 1,5 минуты; - Ползание «Медвежата». - равновесие – ходьба по повышенной опоре. 3. П/игра: «Автомобили». (Картотека № 45)
----	------	---	--

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
85	Апрель	Цель: Закреплять умение держать равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Воспитывать организованность, смелость, уверенность в своих силах.	1. ОРУ № 15 2. ОД: - ходьба и бег вокруг предметов; - прыжки через шнуры; - равновесие при ходьбе по повышенной опоре. 3. П/игра «Лохматый пёс» (Картотека №8)
86 Воздух	Апрель	Цель: Развивать меткость и глазомер. Прокатывать обруч друг другу «Прокати и поймай», «Сбей кегли» (на расстоянии 2 м -6-7 метров. Совершенствовать умение бросать мяч и сбивать кегли). Воспитывать бережное отношение к окружающему миру, ценностное отношение к своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: обручи, кегли, мячи средние, маска медведя.	1. ОРУ № 15 2. ОД: - прокатывания обруча друг другу; - сбивание мячом кеглей 3. П/и «Быстро в домик» (Картотека № 10)
87	Апрель	Цель: Формировать умение отбивать мяч об пол и ловить двумя руками. Отбивать мяч об пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху; закреплять умение последовательно перепрыгивать через три предмета, навык энергичного отталкивания и мягкого приземления на полусогнутые ноги; воспитывать бережное отношение к себе, окружающему миру, дисциплинированность, смелость. ОБОРУДОВАНИЕ:мячи, кубики.	1. ОРУ № 15 2. ОД: - отбивание мяча об пол двумя руками; - прыжки на двух ногах через предметы (высота -10 см). 3. П/и «Аңшылар» «Охотники» (Картотека № 46)

88	Апрель	Цель: Формировать навык отталкивания при прыжке, укрепляя стопы ног. Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом; воспитывать ценностное отношение к семье, близким, привычку к активному отдыху. ОБОРУДОВАНИЕ: обручи, мячи.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - Прыжки из кружка в кружок. - Упражнения с мячом. «Точный пас». 3. П/и «По ровненькой дорожке» (Картотека № 47)
89 воздух	Апрель	Цель: Формировать навык прыжка в длину с места, приземляясь на полусогнутые ноги. Формировать навык прыжка в длину с места «Кто дальше прыгнет » Развивать умение отбиванию мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками. Воспитывать уверенность в своих силах.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - прыжки в длину с места «Кто дальше прыгнет » - отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками. 3. П/и «Самолёты» (Картотека № 18)
90	Апрель	Цель: Формировать навык ходьбы приставным шагом по доске, сохраняя равновесие. Выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на доске, держать корпус прямо, не опускать голову вниз; упражнять в последовательном перепрыгивании через три предмета, высотой 10 см; развивать ловкость, быстроту, внимание; продолжать формировать умение соотносить показ движения с его выполнением, умения соревноваться; воспитывать бережное отношение друг к другу.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - ходьба по доске боком приставным шагом, руки на поясе; - прыжки на двух ногах через предметы (высота -10 см). 3. П/и «Пчелки и ласточка» (Картотека № 48)

91	Апрель	Цель: Уметь выполнять музыкально-ритмические движения. Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя; закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при ходьбе по доске боком; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках, воспитывать дружелюбие, находчивость, интерес к занятиям со спортивным оборудованием. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, скамейка, кубы.	1 ОРУ № 15 2. ОД: - музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, кружение вокруг себя); - ходьба по доске боком приставным шагом; - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 3. П/и «Не оставайся на полу» (Картотека № 49)
92 Воздух	Апрель	Цель: Закреплять умение выполнять дыхательные упражнения на свежем воздухе. Совершенствовать прыжки на двух ногах (дистанция -2м). Развивать умение подбрасывать мяч, кружиться расставив руки в стороны, поймать мяч «Успей поймать», «Подбрось-поймай»; Воспитывать коллективизм ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, маска кошки	1. ОРУ № 15 2. ОД: - прыжки на двух ногах (дистанция -3м). - подбрасывание мяча, - кружение расставив руки в стороны. 3. П/и «Ловишки» (Картотека № 32)

93	Апрель	Цель: Уметь выполнять задания с мячом. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях; воспитывать коллективизм, бережное отношение к природе. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, скамейка.	1. ОРУ № 15 2. ОД: - Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. - Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата». 3. П/и «Мы топаем ногами» (Картотека № 50)
94	Апрель	Цель: Воспитывать дружелюбие, самостоятельность, интерес к действиям со спортивным оборудованием. Уметь отбивать мяч об пол одной рукой плавными движениями кисти рук, регулируя силу удара по мячу; упражнять в ходьбе по доске, умении согласовывать свои действия с действиями другого; формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, соблюдать последовательность выполнения движений; развивать координационные способности, общую выносливость, равновесие. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, доска.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - отбивание мяча об пол одной рукой; - ходьба по доске с выполнением задания - разойтись вдвоем на середине, начиная идти с двух сторон. 3. П/и «Огуречик, огуречик» (Картотека № 6)
95 Воздух	Апрель	Цель: Воспитывать внимание, чувство коллективизма, ответственность за других. Развивать навыки лазания под дугу, удерживать равновесие при ходьбе и беге по дорожке; Совершенствовать умение прыгать с продвижением вперед на двух ногах, прыгать через шнуры. ОБОРУДОВАНИЕ: дуга, шнуры.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - лазание под дугу, удерживая равновесие при ходьбе и беге по дорожке; - прыжки с продвижением вперед на двух ногах. - прыжки через шнуры. 3. П/и «Лягушки на болоте» (Картотека № 51)

96	Апрель	Цель: Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, воспитывать смелость. Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, кубики	1. ОРУ № 16 2. ОД: - Ползание «Проползи - не задень». - Равновесие «По мостику». 3. П/и «Пчёлки и ласточка» (Картотека № 48)
----	--------	---	--

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
97	Май	Цель: Развивать ориентировку в пространстве. Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве повторить задание в равновесии и прыжках; воспитывать самостоятельность, организованность, формировать умение использовать двигательный опыт в меняющихся условиях. ОБОРУДОВАНИЕ: шнуры, гимнастическая скамейка.	1. ОРУ №17 2 ОД: - ходьба по гимнастической скамейке -Прыжки через шнуры 3. П/и «Мыши в кладовой» (Картотека № 20)
98 Воздух	Май	Цель: Воспитывать коллективизм, умение работать коллективно в подвижных играх. Развивать умение доставать до колокольчика (мяча) с разбега подпрыгивая вверх и стараясь дотронуться до колокольчика. Совершенствовать навыки прыжков на двух ногах через реечки или палочки «Перепрыгни ручеек». Закреплять умение бегать между кеглями «Пробеги-не задень». ОБОРУДОВАНИЕ: подвешенный колокольчик, палки гимнастические, кегли, маски кошки и волка	1. ОРУ № 17 2. ОД: - доставание колокольчика с разбега; - прыжки на двух ногах через палочки; - бег между кеглями 3. П/игра «Зайцы и волк» (Картотека № 28)

99	Май	Цель: Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; продолжать формировать двигательный опыт посредством казахских игр, развивать интерес к казахским играм, воспитывать толерантность. ОБОРУДОВАНИЕ: бревно, тюбетейка.	1. ОРУ № 17 2. ОД: - бег парами; - ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом); 3. П/и «Такия тастамак». (Картотека № 41)
100	Май	Цель: Формировать навыки метания мяча на дальность, перебрасывания мяча друг другу. Уметь перебрасывать мяч друг другу. Совершенствовать навыки прыжков через короткую скакалку на двух ногах на месте. Развивать умение метать мячей на дальность правой и левой рукой. Продолжать развивать навыки прыжков в длину с места. Воспитывать организованность, самостоятельность. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, скакалки.	1. ОРУ № 18 2. ОД - перебрасывание мяча друг другу; - прыжки через скакалку на двух ногах на месте. - метание мячей на дальность правой и левой рукой 3. Эстафеты: «Мяч соседу» «Найди свое место в колонне» «Передача мяча в колонне над головой»
101 воздух	Май	Цель: Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. Корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскока; закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, соблюдать последовательность выполнения движений; общую выносливость,	1. ОРУ № 18 2. ОД: - прыжки через скакалку; -ходьба и бег парами; - ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом). 3. П/и «Пчёлки и ласточка» (Картотека № 48)

		координационные способности, внимание; воспитывать организованность, самостоятельность. ОБОРУДОВАНИЕ: скакалки, бревно, платок	
102	Май	Цель: Продолжать закреплять умение соревноваться, выполнять правила. Уметь метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер; закреплять умение выполнять ритмичные прыжки, через короткую скакалку прыгая над ней невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки. ОБОРУДОВАНИЕ: скакалки, мячи.	1. ОРУ № 18 2. ОД: - метание в горизонтальную цель (расстояние 1,5м); - прыжки через скакалку. 3. П/и «Пятнашки». (Картотека № 52)
103	Май	Цель: Закреплять навык прыжка через предметы. Продолжать развивать бег вокруг кеглей. Воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира. ОБОРУДОВАНИЕ: Кегли, мячи, кирпичики.	1. ОРУ № 17 2. ОД: - бег вокруг кеглей; - метание мячика в цель; - прыжки через кирпичики; 3. П/и «Охотник и зайцы» (Картотека № 29)
104 Воздух	Май	Цель: Формировать умение применять свой двигательный опыт в меняющихся условиях. Метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер; закреплять умение ходить с предметом на голове, контролировать свои действия, сохранять спину ровной; воспитывать решительность, смелость. ОБОРУДОВАНИЕ: мешочки.	1. ОРУ № 17 2. ОД: - метание в горизонтальную цель (расстояние 1,5м); - хождение с мешочком на голове (расстояние 1,5м). 3. П/и «Парный бег» (Картотека № 53)

105	Май	Цель: Упражнять в бросании мяча вверх и ловля его. Ползать по гимнастической скамейке; воспитывать аккуратность, коллективизм. ОБОРУДОВАНИЕ: мяч, скамейка, флажки	1. ОРУ № 17 2. ОД: - Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. - Ползание по скамейке. 3. П/Игра «Цветные автомобили» (Картотека № 24)
106	Май	Цель: Развивать навык лазания по наклонной лесенке. Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; повторить задание в равновесии, воспитывать привычку к занятиям спортом. ОБОРУДОВАНИЕ: наклонная лесенка, доска, разноцветные флажки.	1. ОРУ № 18 (картотека) 2. ОД: - Лазание на наклонную лесенку (не более трех детей). - Ходьба по доске, положенной на пол (руки на пояс), голову и спину держат прямо. 3. П/игра «Цветные автомобили» (Картотека № 24)
107 Воздух	Май	Цель: Развивать умение прыгать на 2-х ногах из обруча в обруч. Уметь проводить игровые упражнения с мячом - прокатывание мяча друг другу, между предметами; бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Воспитывать желание быть здоровыми. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, кегли, обручи 8-10 шт.	1. ОРУ № 18 (картотека) 2. ОД: - прокатывание мяча друг другу; - прыжки на 2х ногах вокруг предметов, из обруча в обруч; 3. П/игра «Самолёты» (Картотека № 18)

108	Май	Цель: Воспитывать привычку к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой в семье. Уметь ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы; закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли, мячи по количеству детей.	1. ОРУ № 18 (картотека) 2. ОД: - ползание на четвереньках с опорой на ладони между предметами, поставленными в ряд (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6 м); - бросание мяча об пол и ловля его после отскока. 3. П/игра: «Мы веселые ребята». (Картотека № 54)
-----	-----	---	---

«Ақбота» бөбекжай-балабақша



Г.С.Жундибаева

«Ақбота» бөбекжай- балабақшасы» МКҚК

Менгерушісі Г.С.Жундибаева

**Білім беру саласы: Денсаулық
Бөлімі: Дене шынықтыру
Ересек «Солнышко» орыс тобының
ұйымдастырылғаноқу іс-әрекетінің
перспективалық жоспары**

2022-2023 оқу жылы

Старшая группа «Солнышко»

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
1	Сентябрь	Цель: Формировать интерес к занятиям физической культуры. Уметь находить свое место в колонне; закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно; упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать умение сохранять равновесие; ловкость, внимание, формировать интерес к занятиям физической культурой. ОБОРУДОВАНИЕ: 2 ленты по 3 метра, гимнастическая скамейка.	1. ОРУ № 1 (картотека) 2. ОД: - построение в колонну по одному; - подскоки вверх на месте; - ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). 3 П/игра: «Найди свою пару». (Картотека игра №7) 4. П/игра «Лиса в курятнике» (Картотека игра №1)
2	Сентябрь	Цель: Закреплять умение изменять направление при ходьбе по сигналу. Закреплять умение строиться в колонну по одному, развивать самостоятельность действий и ориентировку в пространстве при построении в колонну; упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом; воспитывать коллективизм, желание играть совместно. ОБОРУДОВАНИЕ: не требуется.	1. ОРУ № 1 (картотека) 2. ОД: - ходьба в колонне со сменой направления; - построение в колонну по одному; - подскоки вверх на месте. 3. П/игра: «Кролики». (Картотека игра №2)

3 Воздух	Сентябрь	Цель: Формировать навык ориентировки в пространстве. Развивать умение прокатывать мяч-«Докати до кубика», «Прокати и догони», подлезать под шнур «Проползи и не задень» (под шнур, под дугу). Воспитывать коллективизм, умение работать коллективно в подвижных играх ОБОРУДОВАНИЕ: кубики, кегли, мячи 3 шт., шнур длиной 3 метра	1. ОРУ № 1 (картотека) 2. ОД: - прокатывание мяча; - подлезать под шнур; - бег и ходьба до заданного предмета; 3. П/и «Найди свой цвет» (Картотека игра №3) 4. «Воробушки и кот» (Картотека игра №4)
4	Сентябрь	Цель: Закреплять умение шагать ритмично и изменять направление при ходьбе в колонне. Выполнять прыжки: ноги вместе, ноги врозь; упражнять в ползании в разном направлении, не сталкиваясь друг с другом; развивать ловкость, координацию движений и ориентировку в пространстве спортивного зала; воспитывать организованность, самостоятельность. ОБОРУДОВАНИЕ: Обручи из расчета 1 на 2х детей, ленты для моделирования дорожки	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - подскоки ноги вместе, ноги врозь; - ходьба в колонне со сменой направления; - ползание на четвереньках в разных направлениях. 3. П/игра «Такси» (Картотека игра №5)
5	Сентябрь	Цель: Закреплять навык прыжка ноги вместе, ноги врозь. Прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча; упражнять в ходьбе по залу в разном направлении; совершенствовать умение огибать предметы слева и справа; воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, способствовать формированию мотивации	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - прокатывание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, расстояние 2 м; - подскоки ноги вместе, ноги врозь; - ходьба между предметами в произвольном направлении. 3. П/игра: «Найди себе пару» (Картотека игра №7) 4. П/игра: «Огуречик, огуречик..» (Картотека игра №6)

		самосовершенствоваться. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мячи на 1 подгруппу, шнуры, маска мышки	
6 Воздух	Сентябрь	Цель: Развивать внимание, память и координацию движения на занятиях физкультурой. Удерживать равновесие-ходьба по мостику(по доске, по земле),по дорожке –ширина 20 см. Совершенствовать умение прыгать, подпрыгивать на месте, как зайчики, как мячики, с поворотом кругом в правую и в левую сторону. Упражнять прокатывать мяча в парах, по дорожке (из шнуров, реек, линий, начерченных на земле). Формировать интерес к занятиям физической культурой. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мячи на 1 подгруппу, шнуры, маска мышки.	1. ОРУ № 2 (картотека) 2. ОД: - ходьба по мостику; - прокатывание мяча в парах и по дорожке; 3. П/и «Огуречик, огуречик» (Картотека игра №6)
7	Сентябрь	Цель: Развивать силу толчка при прокатывании мяча друг другу сидя на пятках. Ползать на четвереньках (на расстояние 6 м), сохраняя направление движения; закреплять умение прокатывать мяч друг другу; развивать общую выносливость, ловкость, координационные способности; способствовать воспитанию экологической культуры, эстетического восприятия окружающего мира. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мячи на 1 подгруппу, шнуры, маска волка.	1. ОРУ № 1 2.ОД: - ползание на четвереньках (на расстояние 6 м); - прокатывание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, расстояние 2 м. 3.П/игра: «Қасқыр мен қояндар». (Картотека игра №8)

8	Сентябрь	Цель: Согласовывать движения рук и ног при ползании на четвереньках. Ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие упражнять в ритмичном подпрыгивании - ноги вместе, ноги врозь с выполнением хлопков над головой; воспитывать эстетику, доброжелательное отношение к окружающим. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, мячи, маска медведя	1. ОРУ № 1 2. ОД: - ходьба по шнуру, положенному прямо; - ползание на четвереньках на расстояние 6 м; - подскоки на двух ногах (ноги вместе, ноги врозь) с хлопками над головой 3. М/игра: «Подбрось - поймай». (Картотека игра №9) 4. П/и «У медведя во бору» (Картотека игра №10)
9 Воздух	Сентябрь	Цель: Упражнять в перестроении в три звена. Закреплять умение прыгать на 2 ногах до предмета; «Перепрыгни ручеек» (через шнуры, рейки). Развивать умение прокатывать мяч «Прокати и не задень» (между предметами); прокатывание мяча вокруг предметов в обе стороны. Воспитывать организованность, самостоятельность. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мячи на 1 подгруппу, шнуры, маска медведя	1. ОРУ № 1 2. ОД: - прыжки на 2х ногах до и через предмета; - прокатывание мяча между предметами 3. П/и «Пробеги тихо» (Картотека игра №11) 4. П/и «У медведя во бору» (Картотека игра №10)
10	Сентябрь	Цель: Формировать умение сохранять правильную осанку при ходьбе. Бегать в колонне по одному, сохраняя направление движения; закреплять умение сохранять правильное положение головы при ходьбе по шнуру; упражнять в катании мячей в произвольном направлении; обогащать двигательный опыт посредством использования игр, воспитывать доброжелательность, привычку	1. ОРУ № 2 (Картотека) 2. ОД: - бег в колонне по одному; - ходьба по шнуру, положенному прямо; - катание мячей в произвольном направлении. 3 М/игра: «Скок - поскок». (Картотека игра №12) 4. П/и «Лохматый пес» (Картотека игра №13)

		к активному отдыху. ОБОРУДОВАНИЕ: мяч на 1 подгруппу, шнуры, маска мышки	
11	Сентябрь	Цель: Закреплять умение бегать легко и ритмично с высоким подниманием колен. Выполнять прыжки (одна нога вперед, другая назад); упражнять в ползании на четвереньках, сохраняя направление движения; развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать позитивное мироощущение, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: не требуются	1.ОРУ № 2 (картотека) 2.ОД: - прыжки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад); - бег в колонне по одному; - ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени в прямом направлении на (расстояние 6 м). 3.П/игра «Ворота» (Картотека игра №14)
12 Воздух	Сентябрь	Цель: Продолжать формировать физические качества ловкость и быстрота. Проводить игровые упражнения с мячом: прокатывание мяча друг другу «Прокати мяч по дорожке и догони», «Подбрось-поймай» (бросание мяча о землю и ловля его двумя руками). Формировать интерес к занятиям физической культурой. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, маска медведя, флажки	1.ОРУ № 2 (картотека) 2.ОД: - прокатывание мяча друг другу «Прокати мяч по дорожке и догони», «Подбрось- поймай» (бросание мяча о землю и ловля его двумя руками). 3. П/и «У медведя во бору» (Картотека игра №10) 4. П/и «Цветные автомобили» (Картотека игра №15)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
13	Октябрь	Цель: Закреплять умение последовательно менять положение ног в прыжках. Энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, профилактика нарушений осанки; формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом; воспитывать желание быть здоровыми, красивыми. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, шнуры для моделирования дорожки, обручи для игры.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД: - катание мяча в ворота (расстояние 2 м); - прыжки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад); - ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3м). 3. П/игра: «Проползи в тоннель». (Картотека игра №16)
14	Октябрь	Цель: Побуждать интерес к различным национальным играм. Уметь ползать на четвереньках под веревку, не касаясь ее головой; закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми; воспитывать выдержку, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: веревка, штанги для крепления веревки, мячи, воротики – дуга	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД: - ползание под веревку, закрепленную на высоте 40 см; - катание мяча в ворота (расстояние 2,5 м). 3. П/игра: «Куыспак». (Картотека игра №17)

15 Воздух	Октябрь	Цель: Совершенствовать навыки ходьбы и бега между предметами, положенными в одну линию. Формировать умение ходить и бегать: «Ловишки-перебежки» (бег с одного края площадки на другой). Развивать умение удерживать равновесие-ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы (бруски);; упражнять в ходьбе по «мостику» (по буму), прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между предметами, поставленными в один ряд (кегли, мячи), прыжки вокруг мяча, кубика. ОБОРУДОВАНИЕ: гимн. Скамейка, кубики, кегли, маска кота и медведя.	1. ОРУ № 3(картотека) 2. ОД - равновесие-ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы (бруски); - ходьба и бег между предметами, положенными в одну линию; - ходьба по «мостику» (по буму) 3. П/игра «Кот Васька» (Картотека игра №18) 4. П/игра «Найди себе пару» (Картотека игра №19) 5. П/игра «У медведя во бору» (Картотека игра №10)
16	Октябрь	Цель: Профилактика плоскостопия и нарушения осанки при ходьбе по шнуру. Ходить по ленте, положенной по кругу, сохраняя равновесие; продолжать развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках, закреплять умение группироваться и не задевать ленту; формировать мотивацию самосовершенствоваться, воспитывать привычку к занятиям спортом, желание быть красивыми. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур длиной 3-5 метров	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ходьба по шнуру, положенному по кругу; - ползание на четвереньках на расстояние 6 м, в сочетании с ползанием под веревку, поднятую на высоту 40 см. 3. П/и «Бабочки, лягушки и цапли» (Картотека игра №20)

17	Октябрь	Цель: Развивать глазомер при катании мяча друг другу. Уметь ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру; воспитывать самостоятельность, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур длиной 3-5 метров, мячи на 1 подгруппу детей	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ходьба и бег в колонне по одному; - ходьба по шнуру, положенному по кругу; - катание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки (расстояние 2 м). 3. П/игра «Соқыр теке». (Картотека игра №21)
18 Воздух	Октябрь	Цель: Развивать умение увёртываться и быстро реагировать на сигнал. Воспитывать выдержку, организованность; развивать интерес к занятиям физкультурой. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, маска кошки.	1. ОРУ № 4 (картотека) 2 ОД: - прыжки на 2х ногах с мячом в руках, - перебрасывание мяча друг другу. 3. П/игра «Кошка и мышки» (Картотека игра №23) 4. П/игра «Ловишки» (Картотека игра №22)
19	Октябрь	Цель: Закреплять навыки ползания на четвереньках под дугами, сочетая движения рук и ног. Уметь прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону; закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения; упражнять в ползании на четвереньках последовательно под тремя дугами; развивать ловкость и гибкость; воспитывать бережное отношение к своему здоровью, мотивацию к здоровому образу жизни. ОБОРУДОВАНИЕ: три дуги, кегли, мячи 3-5 шт.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД - прыжки на месте с поворотами направо, налево; - ходьба и бег в колонне по одному; - ползание под тремя дугами (высота 40см). 3. М/игра: «Сбей кеглю». (Картотека игра №24)

20	Октябрь	Цель: Развивать внимание и координационные способности детей при выполнении ОРУ. Уметь менять направление мяча при катании между предметами; закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, вокруг себя; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, способствовать формированию социальной компетентности. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, 5 кеглей, игрушка собачка.	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД: - катание мяча между пятью предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1 м один от другого; - прыжки на месте с поворотами направо, налево, поворачиваясь вокруг себя. 3. П/игра: «Воронята». (Картотека игра №25)
21 Воздух	Октябрь	Цель: Воспитывать интерес к занятиям физкультурой; самостоятельность, организованность. Уметь прокатывать мяч по сигналу воспитателя и бежать за ним. Закреплять умение ходить по гимнастическому буму, руки в стороны, правильному спрыгиванию ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, мячи на 1 подгруппу, маска кошки	1. ОРУ № 3 (картотека) 2. ОД - ходьба по гимнастическому буму, руки в стороны - прокатывание мяча по сигналу воспитателя и бег за ним 3. П/игра: «Ловишки». (Картотека игра №22) 4. П/игра «Кошка и мышка» (Картотека игра №23)

22	Октябрь	Цель: Развивать навыки ползания с опорой на ладони и колени под палку, поднятую на высоту 40 см. Учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него; закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами; способствовать формированию социальной компетентности, толерантности, обогащать двигательный опыт посредством использования казахских игр. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая палка, мячи 5-6 шт, кегли 5 шт.	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ползание на четвереньках на расстояние 8 м, в сочетании с ползанием под палку, поднятую на высоту 40 см; - катание мяча между пятью предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от другого. 3. П/игра: «Ўшты, ушты». (Картотека игра №26)
23	Октябрь	Цель: Закреплять навык сохранения равновесия при ходьбе по шнуру (профилактика нарушения осанки). Закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней; упражнять в энергичном подпрыгивании с поворотами направо и налево; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур 5 м., мешочки с песком, цилиндры, гимн. Палка.	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове; ползание на четвереньках на расстояние 8 м, в сочетании с ползанием под палку, поднятую на высоту 40 см; - прыжки на месте с поворотами направо, налево. 3. М/игра: «Шарики и столбики». (Картотека игра №27)

24 Воздух	Октябрь	Цель: Упражнять в пролезании в обруч с мячом в руках, не касаясь земли руками. Познакомить детей с упражнением - лазанье в обруч с мячом (кубиком) в руках, не касаясь земли руками. Развивать равновесие-ходьбу по дорожке, перешагивая через предметы; ходьбу по буму боком приставным шагом. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, мотивацию к здоровому образу жизни ОБОРУДОВАНИЕ: обруч, мяч, кубики 3-4 шт, маска медведя	1. ОРУ № 4 (картотека) 2. ОД: - лазанье в обруч с мячом (кубиком) в руках, не касаясь земли руками. - равновесие-ходьбу по дорожке, перешагивая через предметы; ходьбу по буму боком приставным шагом. 3. П/игра: «У медведя во бору». (Картотека игра №10) 4. П\и «Лошадки» (Картотека игра №28)
--	---	---	--

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
25	Ноябрь	Цель: Закреплять умение шагать широким шагом с естественными движениями рук и ног между двумя параллельными линиями. Закреплять умение четко выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением, ходить ритмично, легко бегать вперед- назад с естественными движениями рук; упражнять в катании мячей друг другу; развивать глазомер, ориентировку в пространстве спортивного зала; воспитывать доброжелательность, самостоятельность, бережное отношение к игрушкам и своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: 2 ленты по 5м., мячи на 1 подгруппу детей	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 м); - музыкально-ритмические движения (ходьба на внешней стороны стопы, бег); - катание мячей друг другу из исходного положения стоя на коленях (расстояние 2,5 м). 3. П/игра: «Прыгни-повернись». (Картотека игра №29)
26	Ноябрь	Цель: Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание выполнять упражнения. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах с мячом в руках, на сигнал воспитателя присесть и прокатить мяч от одной ноги к другой. Развивать умение прокатывать мяч в парах, шеренгах, между предметами; бросать мяч о землю и ловить его 2 руками. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи по количеству детей	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - прыжки на двух ногах с мячом в руках, на сигнал воспитателя присесть и прокатить мяч от одной ноги к другой. - прокатывание мяча в парах, шеренгах, между предметами; - броски мяча о землю и ловля его 2 руками. 3. П/игра: «Самолеты» (Картотека игра №30)

27 Воздух	Ноябрь	Цель: Развивать координационные способности и организованность. Выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног; закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий; развивать общую выносливость, аналитическое мышление; способствовать воспитанию экологической культуры, развитию организованности, внимания. ОБОРУДОВАНИЕ: 2 ленты по 5м., платок	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом); - ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15см, длина 3 м); - бег по дорожке 3. П/игра: «Кетті, кетті орамал». (Картотека игра №31)
28	Ноябрь	Цель: Продолжать формировать навыки красивой походки и осанки, следя за выполнением движений. Подбрасывать мяч вперед-вверх и ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие подскоки с незначительным сгибанием ног в коленях; упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове, развивать умение сохранять равновесие, развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми; воспитывать организованность, выдержку. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи по количеству детей, шнур, мешочки с песком, 3 маски курочек	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; - подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом); - ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны. 3. П/игра: «Балапандар». (Картотека игра №32)

29	Ноябрь	Цель: Воспитывать желание быть здоровыми и сильными. Проводить игровые упражнения с мячом - прокатывание мяча друг другу, между предметами; бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Развивать умение прыгать на 2 ногах вокруг предметов, из обруча в обруч. Совершенствовать умение ходить по буму с хлопками в ладоши перед собой и за спиной. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи по количеству детей, обручи 10 шт.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - прокатывание мяча друг другу; - бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. - прыжки на 2 ногах вокруг предметов, из обруча в обруч 3. П/игра: «Лошадки». (Картотека игра №28)
30 Воздух	Ноябрь	Цель: Продолжать формировать навыки группироваться и выпрямляться при подлезании под верёвку правым и левым боком. Закреплять умение подбрасывать мяч вперед-вверх, не забрасывая за голову и ловить его двумя руками; продолжать обогащать двигательный опыт детей, развивать желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. ОБОРУДОВАНИЕ: веревка, мячи по количеству детей, маска кошки	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - подлезание под веревку боком (высота 40 см); - бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. П/игра: «Птички и кошка». (Картотека игра №33)

31	Ноябрь	Цель: Закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела. Закреплять умение координировать движения рук и ног при подлезании, последовательно выполняя приставной шаг, развивать ловкость, быстроту; продолжать обогащать двигательный опыт детей; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, веревка	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - ходьба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15 см, длина 2 м), руки на поясе; - подлезание под веревку боком (высота 40 см). 3. П/игра: «Поезд». (Картотека игра №34)
32	Ноябрь	Цель: Совершенствовать навыки и умения в ОВД – подлезание, ходьба. Формировать умение подлезать под шнур, под дугу, не касаясь руками пола. Уметь держать равновесие при ходьбе по дорожке, перешагивая через предметы. Воспитывать целеустремленность при выполнении физических упражнений. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, дуги, кубики, маски кота, медведя	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - подлезание под шнур, под дугу, не касаясь руками пола. - ходьба по дорожке, перешагивая через предметы. 3. П/ игра «Кот Васька» (Картотека игра №18) 4. П/игра «У медведя во бору» (Картотека игра №10)

33 Воздух	Ноябрь	Цель: Продолжать формировать согласованные действия в паре, при ходьбе в колонне. Закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади, делая короткие шаги, сохраняя непринужденную осанку, профилактика плоскостопия; упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками; развивать координационные способности, внимание, ориентировку в пространстве зала; воспитывать организованность, выдержку. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, мячи по количеству детей	1. ОРУ № 5 (картотека) 2. ОД: - ходьба в колонне парами; ходьба на носках по дорожке, руки на поясе; - подбрасывание набивного мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. П/игра: «Вороны». (Картотека игра №35)
34	Ноябрь	Цель: Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по шнуру. Уметь выполнять толчок ног в нужном месте: не слишком далеко и не подбегая под предмет; закреплять умение ходить и бегать в паре ритмично и легко; развивать быстроту реакции, координацию движений; продолжать формировать умение выполнять указания педагога точно и быстро, согласовывать свои действия с действиями других детей, воспитывать аккуратность, коллективизм. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, цветные круги, флажки	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - прыжок вверх на двух ногах с 4 шагов; - ходьба и бег в колонне парами; - ходьба по шнуру, положенному зигзагообразно 3. П/Игра «Цветные автомобили». (Картотека игра №36)

35	Ноябрь	Цель: Совершенствовать умение ходить по буму с хлопками в ладоши перед собой и за спиной. Проводить игровые упражнения с мячом - прокатывание мяча друг другу, между предметами; бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Развивать умение прыгать на 2 ногах вокруг предметов, из обруча в обруч. Воспитывать желание быть здоровыми. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, кегли, обручи 8-10 шт.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - прокатывание мяча друг другу; - прыжки на 2х ногах вокруг предметов, из обруча в обруч; - ходьба по буму с хлопками перед собой и за спиной; 3. П/игра «Лошадки». (Картотека игра №28)
36 Воздух	Ноябрь	Цель: Развивать глазомер, ловкость, внимание, ориентировку в пространстве при бросании мяча в цель. Уметь бросать мяч в цель, развивать глазомер; упражнять в прыжке вверх на двух ногах с 4 шагов, согласованной работе рук и ног при выполнении толчка; упражнять в ходьбе в колонне со сменой направления; развивать ловкость, внимание, ориентировку в пространстве; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к занятиям спортом. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, цветные круги, флажки, мячи по количеству детей.	1. ОРУ № 6 (картотека) 2. ОД: - бросание мяча в цель; - ходьба в колонне со сменой направления. 3. П/игра Игра: «Кім зейінді?» (Картотека игра №37) 4. П/игра «Цветные автомобили». (Картотека игра №36)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
37	Декабрь	Цель: Развивать быстроту движений, умение согласовывать свои действия с действиями других детей. Уметь ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, сохраняя устойчивое равновесие; закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы; развивать ловкость, выносливость, координационные способности; воспитывать дисциплинированность, смелость. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, кегли.	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см); - ползание на ладонях и ступнях между предметами, поставленными в ряд (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6 м). 3. П/игра «Балапандар». (Картотека игра №32)
38	Декабрь	Цель: Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. Бегать «змейкой» между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре; воспитывать самостоятельность, уверенность; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к здоровому образу жизни. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли, гимнастическая скамейка, мячи на подгруппу детей.	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - бег «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м); - ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть - руки в стороны (высота скамейки 35см, ширина 20 см); - подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. П/игра «Стань первым». (Картотека игра №38)

39 Воздух	Декабрь	Цель: Воспитание потребностей и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях активного отдыха Развивать умение бегать вокруг снежной бабы, производить поворот по сигналу воспитателя и бег в другую сторону. Учить детей катанию друг друга на санках поочередно. Совершенствовать прыжки до обозначенного места на двух ногах и прыжки вокруг этого предмета. ОБОРУДОВАНИЕ: не требуется.	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - бег и разворот по сигналу воспитателя, вокруг снежной бабы; - катание детей на санках поочередно; прыжки на двух ногах до обозначенного места; 3. П/игра «Кролики». (Картотека игра №2) 4. П/игра «Самолеты». (Картотека игра №30)
40	Декабрь	Цель: Закреплять умение прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп); упражнять в катании фитболов друг другу, развивать глазомер, выразительность движений; воспитывать чуткость и доброжелательность. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли, фитболы 5-7 шт.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2 м; - бег «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6 м), на носках, руки на поясе; - катание фитболов друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м). 3. П/игра «Мышеловка». (Картотека игра №39)

41	Декабрь	Цель: Уметь бросать мяч вертикально вниз об пол и ловить его двумя руками после отскока. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками; формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание; воспитывать доброжелательность, желание помочь другим, необходимости заботиться об окружающих. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, 3 обруча.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способом двумя руками из-за головы, расстояние между парами 1,5 м); - прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 3 м. П/И: «Дедушка Мазай и зайцы». (Картотека игра №40)
42 Воздух	Декабрь	Цель: Закреплять навык прыжка через предметы. Уметь прыгать через снежные кирпичики (высота 10 см) в чередовании с ходьбой вокруг кирпичиков, развивать умение бросать снежки вдаль, катание друг друга на санках попеременно. Воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных, волевых и т.д.) ОБОРУДОВАНИЕ: маски волка, кошки.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - прыжки через снежные кирпичики; - броски снежков вдаль; - катание друг друга на санках; 3. П/и: «Зайцы и волк». (Картотека игра №8) 4. П/и «Птички и кошка». (Картотека игра №33)

43	Декабрь	Цель: Продолжать формировать навык ползания на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу, ловить его одновременным хватом с двух сторон свободными движениями кистей рук; упражнять в ходьбе на носках, руки к плечам, сохранять равновесие, не выходить за пределы линий; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценностного отношения к семье и близким. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, мячи на подгруппу детей, ленты	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35см, ширина 20 см); - бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способом двумя руками из-за головы, расстояние между парами 2 м); - ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 м) 3. Казахская детская игра - Ястребы и ласточки (Жапактар жане карлыгаш) (Картотека игра №41)
44	Декабрь	Цель: Уметь сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Закреплять умение принимать правильное положение тела и подтягивать его энергичными движениями рук; развивать общую выносливость, силу; продолжать формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценностного отношения к своему здоровью и близких. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, кубики, шнур	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см); - ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35см, ширина 20см). 3. ПИ: « Охотник и зайцы». (Картотека игра №42)

45 Воздух	Декабрь	Цель: Совершенствовать умение ходить по извилистой дорожке. Прыгать до снежной бабы; бегать вокруг снежных построек по сигналу воспитателя, менять направление, в чередовании с ходьбой. Повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды. ОБОРУДОВАНИЕ: санки	1. ОРУ № 7 (картотека) 2. ОД: - бег и разворот по сигналу воспитателя. - катание на лыжах; прыжки на двух ногах до обозначенного места; 3. П/и «Берегись, заморожу». (Картотека игра №43)
46	Декабрь	Цель: Уметь строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьбе врассыпную и быстро находить свое место в колонне. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в бросании мяча вертикально вниз об пол и ловле его двумя руками после отскока; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми, соблюдать последовательность выполнения движений; воспитывать выдержку, силу воли.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - построение в колонну по одному, ходьба врассыпную; - ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см); - бросание мяча об пол и ловля. 3. П/игра «Вороны». (Картотека игра №35)

47	Декабрь	Цель: Уметь принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. Закреплять умение быстро находить свое место в шеренге, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы; совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер; продолжать развивать двигательный потенциал детей посредством соревнований; развивать координацию движений, ловкость, внимание; воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, маска кошки.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - прыжки в длину с места; - ходьба врассыпную, ходьба с нахождением своего места в колонне; - прокатывание мяча с попаданием в предмет. 3. П/игра: «Птички и кошка». (Картотека игра №33)
48 Воздух	Декабрь	Цель: Развивать силу и меткость. Продолжать учить детей ходьбе и бегу змейкой, между предметами, поставленными в один ряд, врассыпную. Развивать умение прыгать на 2 ногах на расстояние 3м. Совершенствовать в бросании снежков на дальность. Воспитывать чувство дружбы, товарищества, целеустремленность. ОБОРУДОВАНИЕ: игрушка, кегли для дорожки.	1. ОРУ № 8 (картотека) 2. ОД: - ходьба и бег змейкой между предметами, поставленными в один ряд, врассыпную; - прыжки на 2 ногах на расстояние 3 метра 3. м/п «Найди и промолчи». (Картотека игра №44) 4. ПИгра: «Светофор». (Картотека игра №45)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
49	Январь	Цель: Закреплять умение выполнять резкие движения руками вниз -вперед, энергичный вынос обеих ног в прыжках в длину с места, приземление на полусогнутые ноги. Перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1.5м, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами;; развивать глазомер, внимательность, быстроту реакции; продолжать формировать умение выполнять указания педагога точно, не торопясь; воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей	№ 1 ОРУ № 9 2. ОД: - бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способом двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м); - прыжки в длину с места. 3. П/игра: «Мыши в кладовой». (Картотека № 46)
50	Январь	Цель: Развивать навык броска из - за головы. Координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук; развивать выразительность движений, ритмичность; способствовать воспитанию экологической культуры, гражданственности. ОБОРУДОВАНИЕ: бревно, мячи на подгруппу, снежки	1. ОРУ № 9 2. ОД - ползание по бревну на четвереньках; И/у «Мишки на бревне» - бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками ; И/у «Брось – поймай». 3. П/игра: «Снежки». (Картотека № 47)

51 Воздух	Январь	Цель: Формировать навык броска от плеча. Закрепить навык ходьбы и бега между снежными кирпичиками. Формировать умение метать снежки вдаль. Воспитывать морально-нравственные, духовные черты личности человека. ОБОРУДОВАНИЕ: маска волка	1. ОРУ № 9 2. ОД: - ходьба и бег между снежными кирпичиками. - метание снежков вдаль. 3. П/и «Лошадки», (Картотека № 28) «Зайцы и волк». (Картотека № 8)
52	Январь	Цель: Уметь ползать по бревну на четвереньках. Уметь сохранять правильное положение спины и головы, контролировать положение тела при ходьбе по повышенной опоре с мешочком на голове; совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед- вверх, не забрасывая за голову, и ловить его двумя руками; продолжать развивать двигательный потенциал посредством использования игр и игровых упражнений. ОБОРУДОВАНИЕ: мяч, набивные мешочки.	1. ОРУ № 10 2. ОД: - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см); - ползание по бревну на четвереньках; - бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. М/игра: «Асық кімде?» (Картотека № 48)
53	Январь	Цель: Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Продолжать формировать навыки рационального дыхания; воспитывать бережное отношение к окружающему миру, ценностное отношение к своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, бревнышки и цилиндры из строительного материала	1. ОРУ № 10 2. ОД - музыкально-ритмические движения (кружение, подскоки на месте); - ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен, руки на поясе, (высота скамейки 35см, ширина 20 см); - прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстоянии 2 м. 3. М/игра: «Шарики и столбики». (Картотека № 27)

54 Воздух	Январь	Цель: Совершенствовать умение прыгать на двух ногах до елки, снеговика. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах до елки, снеговика Развивать умение ходить по снежному мостику(по снежному валу) Формировать умение перешагивать через снежные кирпичики. Воспитывать физические способности	1. ОРУ № 10 2. ОД: - прыжки на двух ногах; - ходьба по ограниченной площади (по мостику); - перешагивание через снежные кирпичики; 3. П\и «Мороз Красный нос», (Картотека № 49) п/и «Ловишки». (Картотека № 22)
55	Январь	Цель: Развивать аналитическое мышление, внимание, слуховое восприятие, глазомер. Последовательно перепрыгивать через несколько линий, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед; закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично с высоким подниманием колен, выполнять плавные приседания; упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы; способствовать формированию социальной компетенции, воспитывать старательность, уверенность ОБОРУДОВАНИЕ: 4 косички, мячи на подгруппу детей, ленточка для игры, два коня на палочке.	1. ОРУ № 9 2. ОД: - прыжки на двух ногах через линии (4 линии на расстоянии 1м друг от друга); - музыкально-ритмические движения (ходьба, приседания); - бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способом двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м). 3. П/игра: «Қасқыр кокпан». (Картотека № 50)

56	Январь	Цель: Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 5 шнуров, энергично отталкиваясь двумя ногами, мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе. Бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками; упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через предметы; развивать координационные способности, общую выносливость, навыки рационального дыхания; представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать ценностное отношение к своему здоровью.	1. ОРУ № 9 2. ОД - бег в медленном темпе (1 минута); - прыжки на двух ногах через шнуры (5 шнуров на расстоянии 1м друг от друга); - перелезание через модули. 3. П/игра «Жапактар жане карлыгаш» (Картотека № 41)
57 Воздух	Январь	Цель: Совершенствовать умение прыгать на двух ногах через снежки. Уметь ходить по снежному валу, руки в стороны. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах через снежки. Формировать умение метать снежки. Воспитывать доброжелательность, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: маска волка	1. ОРУ № 9 2. ОД - Прыжки на двух ногах, через снежки; - метание снежков вдаль «Сбей кеглю» 3. П\и «Зайцы и волк», (Картотека № 8) 4. П/и «Пятнашки». (Картотека № 51)
58	Январь	Цель: Уметь бросать мяч вдаль из-за головы в положении стоя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными движениями рук, с расслабленными плечами; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку;	1. ОРУ № 10 2. ОД - бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя; - бег в медленном темпе (1 минута); - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см); - прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол.

		воспитывать привычку к занятиям, здоровому образу жизни. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи по подгруппу детей, гимнастическая скамейка, доска, маска медведя	3. П/игра: «У медведя в бору». (Картотека № 10)
59	Январь	Цель: Придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук, соблюдать последовательность выполнения движений; развивать координационные способности. Ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног; закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, воспитывать привычку к занятиям, здоровому образу жизни, гражданственность. ОБОРУДОВАНИЕ: веревочная лестница, мячи на подгруппу детей	1. ОРУ № 10 2. ОД - ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу; - бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя. 3. П/и «Совушка». (Картотека № 52)
60 Воздух	Январь	Цель: Совершенствовать умение метанию снежков в цель. Продолжать ходить по снежному валу (высота 6 см), перешагивать через снежки. Совершенствовать умение метанию снежков в цель (сбей предмет, добрось до предмета), катать друг друга на санках. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно.	1. ОРУ № 10 2. ОД - перешагивание через снежки; - метание снежков в цель; - катание на санках 3. П/и «Два Мороза». (Картотека № 53)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
61	Февраль	Цель: Бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с тактом беговых шагов. Закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы); упражнять в катании обруча, развивать ловкость, умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми, соблюдать последовательность выполнения движений; воспитывать выдержку, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: ребристая дорожка, обручи 5-7 шт.	1. ОРУ № 11 2. ОД: - бег в быстром темпе (расстояние 15м); - ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2м); - катание обруча в прямом направлении. 3.П/и «Перелет птиц». (Картотека № 54)
62	Февраль	Цель: Прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, учить мягко приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение чередовать ходьбу и бег, умение правильно держать корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед; упражнять в бросании мяча вдаль, совершенствовать умение придавать полету мяча правильную траекторию (вперед-вверх) энергичным выпрямлением согнутых рук.	1. ОРУ № 11 2. ОД: - прыжки из круга в круг; - бег в быстром темпе (расстояние 20 м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен; - бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя. 3. М/игра: «Слушай сигнал». (Картотека № 55)

		ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей.	
63 Воздух	Февраль	Цель: Совершенствовать умение катания на санках. Познакомить детей с игрой с клюшкой и шайбой. Воспитывать дружелюбность по отношению друг к другу. ОБОРУДОВАНИЕ: санки, клюшки, шайбы	1. ОРУ № 11 2. ОД: - и/упражнение «Перепрыгни – не задень!» - катание на санках - элементы игры в хоккей 3. П/и «Два Мороза» (Картотека № 53) 4. П/и «Хитрая лиса» (Картотека № 56)
64	Февраль	Цель: Уметь бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук Закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед; развивать быстроту, силу, глазомер. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, обручи, маска кошки	1. ОРУ №12 2. ОД: - бросание мяча из-за головы в положении сидя; - прыжки из круга в круг. 3. П/и «Птички и кошка» (Картотека № 33)
65	Февраль	Цель: Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. Выполнять правильный хват перекладины (4 пальца сверху, большой снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног; развивать ловкость, ориентировку в пространстве, ритмичность и выразительность движений.	1. ОРУ № 12 2. ОД; - лазание по гимнастической стенке; - бросание мяча из-за головы в положении сидя. 3. П/и «Охотник и зайцы» (Картотека № 42)

66 Воздух	Февраль	Цель: Формировать организованность, выдержку. Уметь скользить по ледяной дорожке и держать равновесие; развивать глазомер и скорость. ОБОРУДОВАНИЕ: снежки, флажки.	1. ОРУ № 12 2. ОД: - скольжение по ледяной дорожке; - метание снежков в даль; - бег до флажка 3. П/и «Мы веселые ребята» (Картотека № 57) 4. П/И «Ловишки». (Картотека № 22)
67	Февраль	Цель: Уметь сохранять равновесие, перешагивать через рейки лестницы высоко поднимая колени, сохраняя ровную осанку. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног; упражнять в бросании мяча вдаль из-за головы в положении «малдас»; развивать силу броска, умение выполнять энергичное выпрямление рук; продолжать развивать ориентировку в пространстве, общую выносливость, ритмичность и выразительность движений, умение согласовывать свои движения с движениями других детей. ОБОРУДОВАНИЕ: лестница, гимнастическая стенка, мячи.	1. ОРУ № 11 2. ОД: - перешагивание через рейки лестницы, положенной на пол (руки в стороны); - лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом; - бросание мяча из-за головы в положении «малдас». 3. П/игра «Найди себе пару». (Картотека № 19)

68	Февраль	Цель: Уметь выполнять приставной шаг вправо, без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо. Закреплять умение ритмично перешагивать через рейки приподнятой лестницы, высоко поднимать колени и ставить ноги энергичным движением на носок, держать корпус прямо, сохранять устойчивое равновесие; упражнять в ползании между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу; развивать силу, ловкость; воспитывать гражданственность, желание оказывать помощь, находчивость. ОБОРУДОВАНИЕ: лестница, ленты.	1. ОРУ № 11 2. ОД: - ходьба приставным шагом (вправо); - перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см от пола (руки на поясе); - ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. 3. П/игра: «Кто соберет больше лент?» (Картотека № 58)
69 Воздух	Февраль	Цель: Формировать умение ходить по снежному валу; прыгать через снежные кирпичики. Продолжать развивать бег вокруг снежных построек. «Сбей кеглю» (метанию снежков в цель). Воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли, снежки.	1. ОРУ № 11 2. ОД: - бег вокруг снежных построек; - ходьба по снежному валу; - прыжки через снежные кирпичики; 3. П/и «Охотники и зайцы», (Картотека № 42) 4. П/и «Пятнашки». (Картотека № 51)

70	Февраль	Цель: Уметь активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании со скамейки. Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево, без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи; упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами; продолжать обогащать двигательный опыт детей посредством выполнения игровых упражнений; развивать ловкость, ориентировку в пространстве, быстроту; воспитывать коммуникативные навыки, умение играть совместно, уступать друг другу. ОБОРУДОВАНИЕ: мяч, кубик высотой 20 см, мат, кегли.	1. ОРУ № 12 2. ОД: - прыжки в глубину с высоты 20 см; - ходьба приставным шагом влево; - бег на носках «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы. 3. М/игра: «Лови-бросай». (Картотека № 59)
71	Февраль	Цель: Уметь перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м. Закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед; развивать силу, быстроту, ловкость; воспитывать социальную компетентность, толерантность. ОБОРУДОВАНИЕ: мяч, шнур, скамейка,	1. ОРУ № 12 2. ОД: - бросание мяча через шнур от груди двумя руками (расстояние до шнура 2м); - прыжки в глубину с высоты 20см. 3. П/игра «Кыз-куу». (Картотека № 60)

72 Воздух	Февраль	Цель: Формировать умение кататься на санках, уметь проводить эстафеты на санках. Развивать умения метания в игровых упражнениях «Точно в цель». Осваивать игры с клюшкой и шайбой. Закреплять умение скользить по ледяной дорожке. Воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими. ОБОРУДОВАНИЕ: санки, клюшки и шайбы	1. ОРУ № 12 2. ОД: - катание на санках; - эстафета с санками; - игровые упражнения с клюшкой; 3. П/игра «Хитрая лиса» (Картотека № 56) 4. П/игра «Два Мороза» (Картотека № 53)
--	---	--	--

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
73	Март	Цель: Закреплять навык броска от груди двумя руками. Уметь переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении; соблюдать последовательность выполнения движений; развивать координационные способности, ловкость; воспитывать смелость, ценностное отношение к себе и к другим детям. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая стенка; мячи 5-6 шт, натянутая сетка, тюбетейка	1. ОРУ № 13 2. ОД: - лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо. (по 2 перекладине); - бросание мяча через сетку двумя руками от груди (расстояние до сетки 2м). 3. П/игра «Такия тастамак». (Картотека № 61)
74	Март	Цель: Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывая руками перекладины лестницы в горизонтальном направлении. Сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см; развивать внимание, умение выполнять движения в соответствии с изображением на картинке; воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение, бережное отношение к окружающим. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, гимнастическая стенка, куб высотой 20 см, мат, колокольчик	1. ОРУ № 13 2. ОД: - ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; - лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (по 3 перекладине); - прыжки в глубину с высоты 20см. 3. П/и «Жмурки» (Картотека № 62)

75 Воздух	Март	Цель: Воспитывать привычку к занятиям спортом. Уметь лазать под шнур прямо и боком, прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед на дистанцию 3 м в прямом направлении и огибая различные предметы. Формировать умение метать мячи на дальность и в цель. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, кегли, мячи мал.	1. ОРУ № 13 2. ОД: - лазание под шнур прямо и боком, прыжкам на двух ногах, продвигаясь вперед на дистанцию 3 м в прямом направлении и огибая различные предметы; - метание мяча на дальность - метание мяча в цель 3. П/и «Самолеты» (Картотека №30) 4. П/и «Ловишки» (Картотека №22) 5. П/И «Мы веселые ребята» (Картотека №57)
76	Март	Цель: Выполнять движения ритмично под музыку. Выполнять приставной шаг вперед, в сочетании с легкими ритмичными подскоками; закреплять умение расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка; упражнять в катании фитболов, в отталкивании его энергичным движением рук; развивать координационные способности, согласованность движений с музыкой; продолжать обогащать двигательный опыт посредством народных игр; воспитывать доброжелательность, умение помогать друг другу. ОБОРУДОВАНИЕ: доска, фитболы, такие	1. ОРУ № 14 2. ОД: - музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, подскок); - ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания: - разойтись вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; - катание фитболов в прямом направлении. 3. П/игра: «Такие тастамак». (Картотека № 61)

77	Март	Цель: Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Уметь выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать; совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться; воспитывать бережное отношение к окружающим, развивать выразительность движений, фантазию. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, мешочек с песком.	1. ОРУ № 14 (картотека) 2. ОД: - музыкально-ритмические движения (ходьба и бег под музыку); - ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком на голове (вес 400 грамм); - прыжки на месте с поворотами вокруг себя. 3. М/игра: «Великаны и карлики». (Картотека № 63)
78 Воздух	Март	Цель: Закреплять навык ходьбы и бега по извилистой дорожке Формировать умение удерживать равновесие - ходить по буму, перешагивая через предметы, поставленные на расстоянии 2 шагов ребенка; развивать умение ходить и бегать по извилистой дорожке; ходить и бегать между предметами, поставленными в один ряд. Способствовать оздоровлению детского организма, воспитывать желание всегда быть здоровыми. ОБОРУДОВАНИЕ: маска мышки, гимнастическая скамейка, кубики 5 шт, кегли 10-12 шт, шнур.	1. ОРУ № 14 (картотека) 2. ОД: - ходьба по буму, перешагивая через предметы, поставленные на расстоянии 2 шагов ребенка; - ходьба и бег по извилистой дорожке; - ходьба и бег между предметами, поставленными в один ряд. 3. М/игра: «Найди и промолчи» (Картотека № 44) 4. П/и «Трамвай» (Картотека № 64) 5. П/игра «Огуречик, огуречик..» (Картотека № 6)

79	Март	Цель: Формировать умение прыгать на двух ногах (одна вперед, другая сзади). Выполнять подскоки (одна нога вперед, другая назад); закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны; упражнять в ползании на четвереньках, сохраняя направление движения; развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать позитивное мироощущение, организованность. ОБОРУДОВАНИЕ: не требуется.	1.ОРУ № 13 (картотека) 2.ОД: - подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад); - бег в колонне по одному; - ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени в прямом направлении на (расстояние 6 м). 3.П/игра «Ворота» (Картотека № 14)
80	Март	Цель: Упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки. Закреплять умение выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом; упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки; продолжать развивать двигательный потенциал посредством игр, формировать социальную компетентность, воспитывать организованность, выдержку. ОБОРУДОВАНИЕ: лестница, маска кошки	1. ОРУ № 13 2.ОД: - музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, плавные приседания); -перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20 см. П/игра: «Мысық пен тышқан». (Картотека № 23)

81 Воздух	Март	Цель: Развивать организованность, выдержку, двигательную находчивость. Уметь принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки; закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед; развивать глазомер, координацию движений, статистическое равновесие, интерес к занятиям физической культурой. ОБОРУДОВАНИЕ: мелкие мячи, куб высотой 20 см., маска кошки.	1. ОРУ № 13 2. ОД: - метание вдаль правой и левой рукой, (мелкие мячи); - прыжки в глубину с высоты 20см. 3. Подвижная игра: «Птички и кошка». (Картотека № 33)
82	Март	Цель: Уметь выполнять правильно замах правой и левой рукой при метании вдаль. Уметь координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх; закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль; упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на полусогнутые ноги; воспитывать желание заниматься физической культурой, быть ловкими и быстрыми. ОБОРУДОВАНИЕ: наклонная доска, мешочки для метания, обручи	1. ОРУ № 14 2. ОД: - ползание по наклонной доске вверх на ладонях и коленях; - метание вдаль правой и левой рукой (шишки); - прыжки из круга в круг. 3. М/игра: «Орнынды тап». . (Картотека № 65)

83	Март	Цель: Формировать навык броска через сетку двумя руками от груди. Дышать через нос, бегать легко и ритмично, не поднимать высоко ноги, с естественным движением рук, не изменяя темпа бега; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку, согласовывать свои действия с действиями другого ребенка; развивать умение направлять асык вперед - вверх энергичным движением руки; общую выносливость, координационные способности; воспитывать толерантность, интерес к культуре Казахстана. ОБОРУДОВАНИЕ: гимнастическая скамейка, мяч, натянутая сетка, платок или косынка.	1. ОРУ № 14 2. ОД: - бег в медленном темпе 1,5 минуты; - ходьба по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку; - бросание мяча через сетку, натянутую выше поднятых рук ребенка, двумя руками от груди (расстояние до сетки 2м). П/игра: «Соқыр теке». (Картотека № 21)
84 Воздух	Март	Цель: Развивать глазомер. Развивать умение лазать под дугу, не касаясь земли. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах вокруг предметов, через линии, начерченные на земле. Развивать умение метать мячи на дальность и в цель. Воспитывать желание заниматься физической культурой, быть ловкими и быстрыми. ОБОРУДОВАНИЕ: дуги, кубы, малые мячи	1. ОРУ № 14 2. ОД: - лазать под дугу, не касаясь земли. - прыжки на двух ногах вокруг предметов, через линии, начерченные на земле. - метание мяча вдаль и в цель 3. П/и «Охотник и зайцы» (Картотека № 42) 4. П/и «Пятнашки» (Картотека № 51)

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
85	Апрель	Цель: Уметь передвигаться по перекладине гимн.лестницы справа налево. Уметь последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 5см; закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы (профилактика плоскостопия); развивать ловкость, силу, быстроту реакции, внимание; воспитывать гражданственность, организованность, смелость, уверенность в своих силах.	1. ОРУ № 15 2. ОД: - прыжки на двух ногах через предметы (высота -5 см); - бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках; - лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (3 перекладина). 3. П/игра «Айголек» (Картотека №66)
86	Апрель	Цель: Закреплять навык отбивания мяча двумя руками. Отбивать мяч об пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху; закреплять умение последовательно перепрыгивать через три предмета, навык энергичного отталкивания и мягкого приземления на полусогнутые ноги; развивать внимание, воображение; координационные способности, общую выносливость, гибкость; представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать бережное отношение к себе, окружающему миру, дисциплинированность, смелость. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, кубики,	1. ОРУ № 15 2. ОД: - отбивание мяча об пол двумя руками; - прыжки на двух ногах через предметы (высота -5 см). 3. П/и «Аңшылар» «Охотники» (Картотека № 67)

87 Воздух	Апрель	Цель: Формировать навыки прокатывания и ловли обруча. Совершенствовать умение бросать мяч и сбивать кегли. Воспитывать бережное отношение к окружающему миру, ценностное отношение к своему здоровью. ОБОРУДОВАНИЕ: обручи, кегли, мячи средние.	1. ОРУ № 15 2. ОД: - прокатывания обруча друг другу; - сбивание мячом кеглей 3. П/и «Тырнарлар» (Картотека № 68) 4. П/и «Запрещенное движение» (Картотека № 69)
88	Апрель	Цель: Уметь подниматься и спускаться по гимнастической лестнице. Продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладины, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол; закреплять умение отбивать мяч об пол двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами; развивать смелость, самостоятельность, ловкость; воспитывать ценностное отношение к семье, близким, гражданственность, привычку к активному отдыху.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - лазание по гимнастической стенке на высоту 1,5 м; - отбивание мяча об пол двумя руками. 3. П/и «Тымақ ұру» «Сбей шапку» (Картотека № 70)
89	Апрель	Цель: Закреплять умение перепрыгивать через предметы с продвижением вперед. Уметь выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз; закреплять умение переходить с наклонной доски на гимнастическую стенку, приставным шагом влево, перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении;	1. ОРУ № 16 2. ОД: - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе; - лазание по гимнастической стенке на высоту 1,5 м; - прыжки на двух ногах через предметы (высота -10 см). 3. П/и «Пчелки и ласточка» (Картотека № 71) 4. П/и «Тымақ ұру» (Картотека № 70)

		упражнять в последовательном перепрыгивании через три предмета, высотой 10 см; развивать ловкость, быстроту, внимание; продолжать формировать умение соотносить показ движения с его выполнением, умения соревноваться; воспитывать бережное отношение друг к другу.	
90 Воздух	Апрель	Цель: Закреплять умение отбивать и ловить мяч. Продолжать учить прыжкам в длину с места «Кто дальше прыгнет » Развивать умение отбиванию мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками. Воспитывать уверенность в своих силах.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - прыжки в длину с места «Кто дальше прыгнет » - отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками. 3. П/и «Заря-Заряница» (Картотека № 72) 4. П/и «Секіріп ойнау» (Картотека №73)
91	Апрель	Цель: Формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми. Уметь выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя; закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук; соблюдать последовательность выполнения движений; развивать координационные способности, силу; воспитывать дружелюбие, находчивость, интерес к занятиям со спортивным оборудованием.	1 ОРУ № 15 2. ОД: - музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, кружение вокруг себя); - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через набивной мяч; - ползание по гимнастической скамейке на животе. 3. П/и «Не оставайся на полу» (Картотека № 74) 4. П/и «Тапқыш» «Находчивый» (Картотека № 75)

92	Апрель	Цель: Закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую. Уметь прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой; закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом; упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом; развивать выносливость, ловкость, координационные способности; воспитывать коллективизм, бережное отношение к природе, к себе как части природы	1. ОРУ № 15 2. ОД: - прыжки на месте на правой и левой ноге. - Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, плавное приседание); - лазание по гимнастической стенке на высоту 2 м. 3. П/и «Ўшты – ўшты» «Летит – летит» (Картотека № 26) 4. П/и «Удочка» (Картотека № 76)
93 Воздух	Апрель	Цель: Способствовать укреплению сердечно – сосудистой и дыхательной систем в упражнениях на свежем воздухе. Совершенствовать прыжки на двух ногах (дистанция -3м). Развивать умение подбрасывать мяч, кружиться расставив руки в стороны , поймать мяч «Успей поймать», «Подбрось-поймай»; воспитывать коллективизм ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, маска кошки	1. ОРУ № 15 2. ОД: - прыжки на двух ногах (дистанция -3м). - подбрасывание мяча, - кружение расставив руки в стороны , 3. П/и «Ловишки» (Картотека № 22) 4. Подвижная игра «Кошка и мышка» (Картотека № 23)

94	Апрель	Цель: Развивать координационные способности, общую выносливость, равновесие. Отбивать мяч об пол одной рукой плавными движениями кисти рук, регулируя силу удара по мячу; закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки; упражнять в ходьбе по скамейке, умении согласовывать свои действия с действиями другого; формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, соблюдать последовательность выполнения движений. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, гимн. Скамейка, платок или косынка.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - отбивание мяча об пол одной рукой; - прыжки на месте на правой и левой ноге; - ходьба по скамейке с выполнением задания - разойтись вдвоем на середине, начиная идти с двух сторон. 3. П/и «Соқыр теке» (Картотека № 21)
95	Апрель	Цель: Развивать ловкость, координационные способности; формировать привычку к занятиям. Уметь лазать по наклонной лесенке (положенной на третью перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее; закреплять умение отбивать мяч об пол плавным движением кисти рук, не хлопать по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОБОРУДОВАНИЕ: наклонная лесенка, гимнастическая стенка, мячи, шарфик для жмурок	1. ОРУ № 16 2. ОД: - лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку; - отбивание мяча об пол одной рукой. 3. П/и «Жмурки» (Картотека № 77)

96 Воздух	Апрель	Цель: Воспитывать внимание, чувство коллективизма, ответственность за других. Развивать навыки лазания под дугу, удерживать равновесие при ходьбе и беге по дорожке; Совершенствовать умение прыгать с продвижением вперед на двух ногах .прыгать через шнуры. ОБОРУДОВАНИЕ: дуги, шнур.	1. ОРУ № 16 2. ОД: - лазание под дугу, удерживая равновесие при ходьбе и беге по дорожке; - прыжки с продвижением вперед на двух ногах. - прыжки через шнуры. 3. П/и «Қырықаяқ» (Картотека № 78) 4. П/и «Лягушки на болоте» (Картотека № 79)
------------------------------------	----------------------	--	--

№ п/п	Месяц	Цель и программное содержание	Методы и приемы
97	Май	Цель: Развивать самостоятельность, организованность, формировать умение использовать двигательный опыт в меняющихся условиях. Уметь сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна; закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на четвертую перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой - сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении; упражнять в отбивании мяча об пол одной рукой ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей.	1. ОРУ №17 2 ОД: - ходьба прямо по горизонтальному бревну; -лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку; - отбивание мяча об пол одной рукой. 3. П/и «Волк и ягнята» (Картотека № 80)
98	Май	Цель: Продолжать формировать двигательный опыт посредством казахских игр, развивать интерес к казахским играм, воспитывать толерантность. Бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку; упражнять в метании асыков вдаль, развивать умение энергично выпрямлять согнутую в локте руку. ОБОРУДОВАНИЕ: асыки.	1. ОРУ № 17 2. ОД: - бег парами; - ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом); - метание асыков вдаль. 3. П/и «Зайцы и волк». (Картотека № 8) 4. П/и «Пятнашки». (Картотека № 51)

99 Воздух	Май	Цель: Совершенствовать навыки прыжков на двух ногах через реечки или палочки. Развивать умение доставать до колокольчика (мяча) с разбега подпрыгивая вверх и стараясь дотронуться до колокольчика. Закреплять умение бегать между кеглями. Воспитывать коллективизм, умение работать коллективно в подвижных играх ОБОРУДОВАНИЕ: подвешенный колокольчик, палки гимнастические, кегли, маски кошки и волка	1. ОРУ № 17 2. ОД: - доставание колокольчика с разбега; - прыжки на двух ногах через палочки; - бег между кеглями 3. П/игра «Зайцы и волк» (Картотека № 8) 4. «П/игра «Птички и кошка» (Картотека № 33)
100	Май	Цель: Развивать умение метать мячей на дальность правой и левой рукой . Уметь перебрасывать мяч друг другу. Совершенствовать навыки прыжков через короткую скакалку на двух ногах на месте. Продолжать развивать навыки прыжков в длину с места. Формировать навыки метания мяча на дальность, перебрасывания мяча друг другу. Воспитывать организованность, самостоятельность. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, короткие скакалки.	1. ОРУ № 18 2. ОД - перебрасывание мяча друг другу; - прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте. - метание мячей на дальность правой и левой рукой 3. Эстафеты «Мяч соседу» «Найди свое место в колонне» «Передача мяча в колонне над головой»
101	Май	Цель: Уметь метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. Закреплять умение выполнять ритмичные прыжки, через короткую скакалку, прыгая над ней невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки; продолжать закреплять умение соревноваться, выполнять правила, воспитывать уважительное отношение к окружающим. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, скакалки.	1. ОРУ № 18 2. ОД: - метание в горизонтальную цель (расстояние 2м); - прыжки на скакалке. 3. П/и «Пятнашки». (Картотека № 51)

102 Воздух	Май	Цель: Развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, соблюдать последовательность выполнения движений. Уметь вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскока; закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег; упражнять в сохранении устойчивого равновесия; общую выносливость, координационные способности, внимание; воспитывать организованность, самостоятельность. ОБОРУДОВАНИЕ: скакалки, бревно, платок	1. ОРУ № 18 2. ОД: - прыжки на скакалке; ходьба и бег парами; - ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом). 3. П/и «Орамал тастау» - «Брось платок» (Картотека № 81)
103	Май	Цель: Развивать глазомер при метании в цель. Продолжать развивать бег вокруг кеглю. Формировать умение прыгать через кирпичики. Воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира. ОБОРУДОВАНИЕ: Кегли, мячи, кирпичики, баллоны.	1. ОРУ № 17 2. ОД: - бег вокруг кеглей; - метание мячика в цель; - прыжки через кирпичики; 3. П/и «Охотники и зайцы». (Картотека № 42)

104	Май	Цель: Формировать умение выполнять указания педагога точно и быстро. Уметь выполнять толчок ног в нужном месте: не слишком далеко и не подбегая под предмет; закреплять умение ходить и бегать в паре ритмично и легко; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по шнуру; развивать быстроту реакции, координацию движений. ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, цветные круги, флажки.	1. ОРУ № 17 2. ОД: - прыжок вверх на двух ногах с 4 шагов; - ходьба и бег в колонне парами; - ходьба по шнуру, положенному зигзагообразно 3. П/Игра «Цветные автомобили». (Картотека № 36)
105 Воздух	Май	Цель: Метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок. Развивать глазомер; закреплять умение ходить с предметом на голове, контролировать свои действия, сохранять спину ровной; формировать умение применять свой двигательный опыт в меняющихся условиях; воспитывать решительность, смелость. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи, мешочки.	1. ОРУ № 17 2. ОД: - метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2 м); - хождение с мешочком на голове (расстояние 2 м). 3. П/и «Парный бег». (Картотека № 82)
106	Май	Цель: Формировать привычку к занятиям спортом. Уметь бросать мяч вертикально вниз об пол и ловить его двумя руками после отскока; упражнять в прыжке вверх на двух ногах с 4 шагов, согласованной работе рук и ног при выполнении толчка; упражнять в ходьбе в колонне со сменой направления; развивать ловкость, внимание, ориентировку в пространстве ОБОРУДОВАНИЕ: шнур, цветные круги, флажки, мячи по количеству детей.	1. ОРУ № 18 (картотека) 2. ОД: - бросание мяча об пол и ловля; прыжок вверх на двух ногах с 4 шагов; - ходьба в колонне со сменой направления. 3. П/игра Игра: «Кім зейінді?». (Картотека № 37) 4. П/игра «Цветные автомобили». (Картотека № 36)

107	Май	Цель: Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. Ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы; способствовать формированию позитивного мироощущения, доброжелательности; воспитывать привычку к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой в семье. ОБОРУДОВАНИЕ: кегли, мячи по количеству детей.	1. ОРУ № 18 (картотека) 2. ОД: - ползание на четвереньках с опорой на ладони между предметами, поставленными в ряд (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6 м); - бросание мяча об пол и ловля его после отскока. 3. П/игра: «Мы веселые ребята». (Картотека № 57)
108 Воздух	Май	Цель: Совершенствовать умение ходить по буму с хлопками в ладоши перед собой и за спиной. Уметь проводить игровые упражнения с мячом - прокатывание мяча друг другу, между предметами; бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Развивать умение прыгать на 2 ногах вокруг предметов, из обруча в обруч. Воспитывать желание быть здоровыми. ОБОРУДОВАНИЕ: мячи на подгруппу детей, кегли, обручи 8-10 шт.	1. ОРУ № 18 (картотека) 2. ОД: - прокатывание мяча друг другу; - прыжки на 2х ногах вокруг предметов, из обруча в обруч; - ходьба по буму с хлопками перед собой и за спиной; 3. П/игра «Лошадки». (Картотека № 83)