

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2023-2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қыркүйек айы, 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Біркалыпты, аяқтың ұшымен, саптабір-бірден, тура, шеңбер бойымен жүру дағдысын жетілдіру. Жүгіру. Біркалыпты, аяқтың ұшымен, саптабір-бірден, тура, шеңбер бойымен жүгіру дағдысын жетілдіру. Тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), допты бір-біріне домалату. Допты жоғары лақтыру, қағып алу дағдысын жетілдіру. Еңбектеу. Заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу дағдысын жетілдіру Секіру. Тұрған орнында қосаяқпен дағдысын жетілдіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (біргенемесе кезекпен); Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою қимылдарын орындауға үйрету. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға үйрету.

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан айы, 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, әртүрлі бағытта жүруді қалыптастыру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруге үйрету. Жүгіру. Бірқалыпты, аланның бір жағынан екінші жағына, шашырап жүгіруге үйрету. Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Қосаяқпен құрсаудан құрсауға секіруді үйрету Жалпы дамытушы жаттығулар. Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); қолдарды алғасозып, жартылай отыруды үйрету. Қимылды ойын. Қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға үйрету.

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша айы, 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қараша	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Шеңбер бойымен, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру; Тепе-теңдікті сақтау. Бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүру; Жүгіру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; Домалату, лақтыру, қағып алу. Допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу. Заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу; Секіру. Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру дағдыларын жетілдіру. Сапқа тұру. Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпыдамытушы жаттығулар. Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апаруды; аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Қимылды ойын. «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан айы, 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
ЖЕЛТОҚСАН	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру.Сапта бір- бірден, екеуден (жұппен) жүру; еденге қойылған заттардан аттап жүру Тепе-теңдікті сақтау.Қырлы тақтайдың бойымен жүру; Жүгіру.Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру; Домалату, лақтыру, қағып алу.Аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір- біріне домалату; Еңбектеу, өрмелеу.туннель арқылы еңбектеу; Секіру.15-20 сантиметр биіктіктен секіруге үйрету Жалпыдамытушы жаттығулар. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; аяқты бұту және созу (бірге және кезекпен) үйрету Қимылды ойын. Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізіп, ойнауға баулу.

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар айы, 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру.Сапта әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша» заттарды айналып жүру; Тепе-теңдікті сақтау.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тактай (20-30 сантиметр) бойымен жүру. Жүгіру.Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; Домалату, лақтыру, қағып алу.1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалатуға; Еңбектеу, өрмелеу.Саты бойымен өрмелеуге; Секіру.Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруге үйрету. Сапқа тұру, қай сапқа тұру. Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолдарын қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату; шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеруге жаттықтыру. Қимылды ойын. Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге дағдыландыру. Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. сапта бір- бірден, екеуден (жүппен) жүру; қол ұстасып, еденге қойылған заттардан аттап жүру Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) қырлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру. Алаңның бір жағынан екінші жағына тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Еңбектеу, өрмелеу. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Тұрған орнында қос аяқпен сызықтан секіру. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпыдамытушы жаттығулар. Қол саусақтарын жұму және ашу. Қолды жан- жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта), отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау жаттығуларын орындауды үйрету. Қимылды ойын. Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар. Шанамен биік емес төбеден сырғанау.

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Сәуір	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру.Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу Тепе-теңдікті сақтау.Арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру Жүгіру.Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру Домалату, лақтыру, қағып алу.Оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық) Еңбектеу, өрмелеу.саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру.Тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. Жалпыдамытушы жаттығулар. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Қимылды ойын. Қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен тебуге үйрету

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) жүруді жалғастыру Жүгіру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіруді үйретуді жалғастыру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру Еңбектеу, өрмелеу. Туннель арқылы еңбектеу; Секіру. Құрсаудан құрсауға секіру Жалпыдамытушы жаттығулар. Заттарды бір қолынан екінші қолына салу; допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Қимылды ойын. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар. Велосипед тебуді үйрету

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Балапан» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Тапсырмаларды орындай отырып жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру, еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Еңбектеу, өрмелеу. саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Үйренген секіру қимылдарын қайталау Сапқа тұру. Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпыдамытушы жаттығулар. Қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу; аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта); отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Қимылды ойын. Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті оңға және солға бұрылып тебу.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2023-2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қыркүйек айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, тура, шеңбер бойымен жүру дағдысын жетілдіру. Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, тура, шеңбер бойымен жүгіру дағдысын жетілдіру. Тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), допты бір-біріне домалату. Допты жоғары лақтыру, қағып алу дағдысын жетілдіру. Еңбектеу. Заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу дағдысын жетілдіру Секіру. Тұрған орнында қос аяқпен дағдысын жетілдіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою қимылдарын орындауға үйрету. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға үйрету.

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, әртүрлі бағытта жүруді қалыптастыру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруге үйрету. Жүгіру. Бірқалыпты, алаңның бір жағынан екінші жағына, шашырап жүгіруге үйрету. Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта,

		гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді үйрету Жалпы дамытушы жаттығулар. Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); колдарды алға созып, жартылай отыруды үйрету. Қимылды ойын. Қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға үйрету.
--	--	--

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Шеңбер бойымен, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру; Тепе-теңдікті сақтау. Бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүру; Жүгіру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; Домалату, лақтыру, қағып алу. Допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу. Заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу; Секіру. Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру дағдыларын жетілдіру. Сапқа тұру. Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар. Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апаруды; аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Қимылды ойын. «жүгір», «құста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Сапта бір- бірден, екеуден (жұпшен) жүру; еденге қойылған заттардан аттап жүру Тепе-теңдікті сақтау. Қырлы тақтайдың бойымен жүру; Жүгіру. Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру; Домалату, лақтыру, қағып алу. Аяқтарын алшақ қойып,

		отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату; Еңбектеу, өрмелеу. туннель арқылы еңбектеу; Секіру. 15-20 сантиметр биіктіктен секіруге үйрету Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен) үйрету Қимылды ойын. Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізіп, ойнауға баулу.
--	--	---

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Сапта әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша» заттарды айналып жүру; Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүру. Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; Домалату, лақтыру, қағып алу. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалатуға; Еңбектеу, өрмелеу. Саты бойымен өрмелеуге; Секіру. Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруге үйрету. Сапқа тұру, қай сапқа тұру. Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолдарын қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату; шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеруге жаттықтыру. Қимылды ойын. Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге дағдыландыру. Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; қол ұстасып, еденге қойылған заттардан аттап жүру Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр)

		қарлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру. Алаңның бір жағынан екінші жағына тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Еңбектеу, өрмелеу. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Тұрған орнында қос аяқпен сызықтан секіру. Таныс, бұрып үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол саусақтарын жұму және ашу. Қолды жан- жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта), отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау жаттығуларын орындауды үйрету. Қимылды ойын. Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар. Шанмен биік емес төбеден сырғанау.
--	--	---

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек » тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі:Наурыз айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) жүруді жалғастыру Жүгіру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіруді үйретуді жалғастыру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру Еңбектеу, өрмелеу. Туннель арқылы еңбектеу; Секіру. Құрсаудан құрсауға секіру Жалпы дамытушы жаттығулар. Заттарды бір қолынан екінші қолына салу; допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Қимылды ойын. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар. Велосипед тебуді үйрету

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу Тепе-теңдікті сақтау. Арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру Жүгіру. Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру Домалату, лақтыру, қағып алу. Оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық) Еңбектеу, өрмелеу. саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Қимылды ойын. Қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен тебуге үйрету

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы МКҚК

Топ: ортаңғы «Айгөлек» тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр айы, 2023-2024 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Дене шынықтыру (аптасына 3 рет)	Жүру. Тапсырмаларды орындай отырып жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру, еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. 1,5-2 метр қашықтықтан

	допты бір- біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Еңбектеу, өрмелеу. саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Үйренген секіру қимылдарын қайталау Сапқа тұру Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу ; аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан- жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта); отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Қимылды ойын. Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату.Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті оңға және солға бұрылып тебу.
--	--

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс -әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай- бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш»тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қыркүйек 2023-2024 оқу жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Екі қолды белге қойып, екі жаққа иілу. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен, содан кейін ұшымен қою, топылдату. Негізгі қимылдар: өкшемен жүру аяқтыңұшымен жүргіру 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасыментура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру заттардың арасымен доптарды бір-бірінедомалату; сызықтардың арасымен(арақашықтығы15сантиметр)жүру, бір-бірден сапқа тұру Ырғақтық жаттығулар. Таныс,бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық,дербестік танытуға баулу.Ойындарда физикалық қасиеттерді(жылдамдық,күш,шыдамдылық,икемділік,ептілік)дамыту.

		Дербес қимыл белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қолорам алды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтану пайдаланғаннан кейін ауызды шаю. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақтабандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаңаяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	--

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш» тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеріп тұрған қалыпта алға еңкейіп қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жайып жіберу. Екі қол белде оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қосаяқпен секіру; Заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыру да бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық

		қасиеттерді(жылдамдық,күш,шыдамдылық,икемділік,ептілік)дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері,олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға,күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райынын жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін,ластанған кезде қолды өзбетінше сабынмен жууға,тісін тазалауға үйрету.Тарақты,қолорамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай пайнау, асхана құралдарын(қасық,шанышқы),майлықты дұрыс қолдану,тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді,тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау,құрғату.Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды,қылқаламдарды жуу,үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақтабандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен Жалаңаяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	---

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш» тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: қараша 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
қараша	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру жүргізу етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір орындатұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттардың қашықтық қалақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыру да бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді

		тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтар мен, құрсаулармен ойындарын қолдау, денешынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өзбетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қолорамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен Жалаңаяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	--

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс - әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай- бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш» тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұту және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бірқырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағып басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру сапта бір-бірден, шеңбер бойымен жүргізу табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Қимылды ойындар.

Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыру да бастамашылық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.

Салауатты өмір салтын қалыптастыру.

«Денсаулық-зорбайлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.

Дербес қимыл белсенділігі:

Балаларды доптармен, қозғалатын ойыншықтар мен, құрсаулармен ойындарын қолдау, денешынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру

Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.

Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өзбетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту.

Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.

Сауықтыру-шынықтыру шаралары:

Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен

Жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс - әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай- бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш» тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (біруақытта, кезекпен), төмен түсіру, колдарын арқасына апару; қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу; Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру «жыланша», шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу; 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру бағыт бойынша түзелу Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру: шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру:

		Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, денешынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Балаларды ұқыштылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құрал с, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаңаяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	--

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс -әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай- бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш»тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолдарын алға-артқа сермеу; қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу.Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын,басын,қолдарыналға созып көтеру. Қатарынан4-5рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу,қайтаданбүгужәне түсіру. Негізгі қимылдар: жүрудіжүгірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен жүргіру құрсауданеңбектепөту. 4—5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40—50 сантиметр) секіру, допты бір-біріне төменнен және бастанасыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; қолды екі жаққа созып, басқа қапшыққойып,заттарданаттапөту,бұрылу; оңға,солғабұрылу Ырғақтық жаттығулар. Таныс,бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу,төбешіктен түскенде тежеу.Мұзжолмен өз бетінше сырғанау. Қимылды ойындар. Қимылды ойындар да жетекші рөлді орындауға үйрету,ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу.Доптармен,секіргіштермен,құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру.

Дене белсенділігі (танертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту.

Дербес қимыл белсенділігі:

Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу.

Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.

Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өзбетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қолорамалды пайдалана білуді бекіту.

Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соңқұтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.

Сауықтыру-шынықтыру шаралары:

Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақтабандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен Жалаңаяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс - әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай- бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш» тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектеріне айналындыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; орнында айналу; Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға

үйрету, ойыны ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балаларды белсенділігін дамыту.

Салауатты өмір салтын қалыптастыру.

Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу.

Дербес қимыл белсенділігі:

Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау.

Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.

Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өзбетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қолорамалды пайдалана білуді бекіту.

Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана

құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаюды пысықтау.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту дағдыларын дамыту.

Сауықтыру-шынықтыру шаралары:

Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақтабандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаңаяқ жүруді.

Тыныс алу жолдарын шынықтыруды дамыту.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс - әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай- бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш» тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Сәуір	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бірауқытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Негізгі қимылдар: бағытты және қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүтіру. Бөренеден аттап өту. Орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. Допты жоғары лақтыру қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулар мен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Дербес қимыл белсенділігі:

Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.

Денебелсенділігі (танертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту.

Дербес қимыл белсенділігі:

Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау.

Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.

Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу.

Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өзбетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту.

Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаюды дамыту.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.

Сауықтыру-шынықтыру шаралары:

Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен Жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шынықтыруды жасату.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың жылына арналған ұйымдастырылған іс - әрекеттің
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай- бақшасы

Тобы: Ересек «Қарлығаш» тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр 2023-2024 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
мамыр	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (біруақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеудетұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Негізгі қимылдар: бағытты және қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Беренеден аттап өту Орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. Допты жоғары лақтыру қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларына алшақ ұстау және жақын тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру.

Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.

Денебелсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту.

Дербес қимыл белсенділігі:

Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау.

Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.

Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу.

Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өзбетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту.

Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай пайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаюды дамыту.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.

Сауықтыру-шынықтыру шаралары:

Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен

Жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шынықтыруды жасату