

«Бекітемін»
«Ақбота» бөбекжай-бақшасының
менгерушісі М.О.Шакировна



«Жамбыл облысы әкімдігі білім басқармасы Т.Рысқұлов ауданының білім бөлімінің
«Ақбота» бөбекжай-бақшасы» МКҚК

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және Мектепке дейінгі
тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы 2025 – 2026 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
ортаңғы «Балапан»тобы

Дене тәрбие жетекшісі : Ертокаева Н.

Көгершін ауылы

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2025-2026+ 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, 2025-2026 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене тәрбиесі	Жалпыдамытушы жаттығулар. Сапқа тұру, сап түзеу. 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 Негізгі қимылдар: 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. Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтықта тура бағытта өрмелеу. Заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу дағдысын жетілдіру Секіру. Тұрған орнында қосаяқпен дағдысын жетілдіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), допты бір-біріне домалату. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға допты жоғары лақтыру, қағып алу дағдысын жетілдіру. Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтықта тура бағытта өрмелеу. Заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу дағдысын жетілдіру 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, 2025-2026 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және сапқа тұру. Қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, солға, оңға бұрылу (отырған калыпта); қолдарды алға созып, жартылай отыру Негізгі қимылдар: Жүру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, әртүрлі бағытта жүруді қалыптастыру. Жүгіру. Бір қалыпты, алаңның бір жағынан екінші жағына, шашырап жүгіру. Еңбектеу, өрмелеу өр. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, гимнастикалық қабырғаға мелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Қосаяқпен құрсаудан құрсауға секіруді 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 өр. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, гимнастикалық қабырғаға мелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру. Жүгіру. Бір қалыпты, алаңның бір жағынан екінші жағына, шашырап жүгіру. Еңбектеу, өрмелеу өр. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, гимнастикалық қабырғаға мелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). 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: Желтоқсан айы, 2025-2026 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
ЖЕЛТОҚСАН	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен) үйрету Негізгі қимылдар: Жүру. Сапта бір- бірден, екеуден (жұппен) жүру; еденге қойылған заттардан аттап жүру Жүгіру. Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру; Еңбектеу, өрмелеу. туннель арқылы еңбектеу; Секіру. 15-20 сантиметр биіктіктен секіруге үйрету Домалату, лақтыру, қағып алу. Аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір- біріне домалату; Еңбектеу, өрмелеу. туннель арқылы еңбектеу; Тепе-теңдікті сақтау. Қырлы тақтайдың бойымен жүру; 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, 2025-2026 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Бір-бірінің жанына сапқа тұру. 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. Негізгі қимылдар: Жүру. Сапта әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша» заттарды айналып жүру; Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; Еңбектеу, өрмелеу. Саты бойымен өрмелеуге; Секіру. Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруге үйрету. Домалату, лақтыру, қағып алу. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалатуға; Еңбектеу, өрмелеу. Саты бойымен өрмелеуге; Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүру. 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, 2025-2026 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Саптағы ,шеңбердегі өз орнын табу. Қол саусақтарын жұму және ашу.Қолды жан- жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта), отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау жаттығуларын орындауды үйрету Негізгі қимылдар: Жүру.сапта бір- бірден, екеуден (жүппен 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. 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. 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). Тепе-теңдік сақтау.Бір бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтайшалардың ,қырлы тақтайдың бойымен жүру. 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: Наурыз айы, 2025-2026 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Бірінің артынан бірі сапқа тұру. 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; Негізгі қимылдар: Жүру. Шашырап, тапсырмаларды орындай отырып 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) жүгіруді үйретуді жалғастыру. Еңбектеу, өрмелеу. Туннель арқылы еңбектеу; Секіру. Құрсаудан құрсауға секіру 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; Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) жүруді жалғастыру 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: Сәуір айы, 2025-2026 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Сәуір	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Бір-бірінің жанына сапқа тұру. Шапалақтау; аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасына, немесе басынан жоғары, артына апарып жатқан қалыпта); Қолдарын алдына төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты Негізгі қимылдар: Жүру. Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу Жүгіру. Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру Еңбектеу, өрмелеу. саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. 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). Тепе-теңдікті сақтау. Арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру 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: Мамыр айы, 2026-2026 оқу жылы

Даму дағдылары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Сапқа тұру. 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. Негізгі қимылдар: 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 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. Еңбектеу, өрмелеу. саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру. Үйренген секіру қимылдарын қайталау 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) 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. қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. 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.

«Ақбота» бөбекжай-бақшасының
меңгерушісі  «Бекітемін»
М.Ш.Оспанова

«Жамбыл облысы әкімдігі білім басқармасы Т.Рысқұлов ауданының білім
бөлімінің «Ақбота» бөбекжай- бақшасы» МКҚК
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және Мектепке
дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы 2025 – 2026 оқу
жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
ересек «Қарлығаш»тобы
ересек «Айгөлек»тобы

Дене тәрбие жетекшісі: Ертокаева Н.

Көгершін ауылы

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы
 Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»
 Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»
 Балалардың жасы: 4 жастағы балалар
 Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша айы 2025жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қараша	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. 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 бақайлары мен жіпт іжинау, құм салынған қапшықтарды өкшелер мен қысыпалып, бір орыннан екінші орынға қою. Негізгі қимылдар: Жүру: адымдап жүру Жүгіру: адымдап жүгіру жүргіру Еңбектеу өрмелеу: етбетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; Секіру: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; Лақтыру домалату, қағып алу: заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), Тепе-теңдік сақтау: тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру 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

Білімберууымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы
Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»
Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»
Балалардың жасы: 4 жастағы балалар
Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан айы 2025 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. 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 жақпен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу Негізгі қимылдар: Жүру: аяқтың сыртқы қырымен жүру; Жүгіру: тізені жоғары көтеріп жүргізу; Еңбектеу, өрмелеу. Көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. Секіру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қосаяқпен секіру; Лақтыру, домалату, қағып алу: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; Тепе - теңдік сақтау: 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 ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде
2025 – 2026 оқу жылына арналған
Ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы: «Ақбота» бөбекжай-бақшасы

Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»

Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»

Балалардың жасы: 4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: Қыркүйек айы 2025 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. 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: Жүру өкшемен жүру Жүгіру аяқтың ұшымен жүргіру Еңбектеу, өрмелеу: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша өрмелеу. Секіру бір орында тұрып, қос аяқпен секіру Лақтыру, домалату, қағып алу: заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату; 1 сызықтардың арасымен Еңбектеу, өрмелеу (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, 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 үстелді сүрту.

Білім беру ұйымы : «Ақбота» бөбекжай-бақшасы

Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»

Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан айы 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс- әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру ,қайта сапқа тұру,шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырғанкалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұту және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айкастырып, 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 бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқаұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Негізгі қимылдар: Жүру:жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру Жүгіру:сапта бір-бірден, шеңбер бойымен жүргіру Еңбектеу:табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, Секіру: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 ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.

Білім беру ұйымы : «Ақбота» бөбекжай-бақшасы
 Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»
 Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»
 Балалардың жасы: 4 жастағы балалар
 Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар айы 2026жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру ,қайта сапқа тұру,шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын 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: Жүру:сапта бір-бірден жүру Жүгіру:«жыланша», шашырап жүгіру; Еңбектеу:50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу; Секіру:–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, Лақтыру:1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасыныңбиіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; Тепе-теңдік сақтау: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 ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.

Білім беру ұйымы : «Ақбота» бөбекжай-бақшасы

Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»

Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан айы 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс- әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру ,қайта сапқа тұру,шеңберге тұру. Қолдарын алға-артқа сермеу; қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу.Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Қатарынан 4-5 рет жартылайотыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Негізгі қимылдар: Жүру:жүруді жүгірумен алмастырып жүру Жүгіру:түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу құрсаудан еңбектеп өту. Секіру:4–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; оңға, солға бұрылу 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 ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.

Білім беру ұйымы : «Ақбота» бөбекжай-бақшасы
Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»
Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»
Балалардың жасы: 4 жастағы балалар
Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз айы 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс- әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру ,қайта сапқа тұру,шеңберге тұру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. 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 басқаұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Негізгі қимылдар: Жүру:жүруді секіруменалмастырып жүру Жүгіру:түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүтіру Еңбектеу,өрмелеу.гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, Секіру. 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2сантиметр, 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, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.

Білім беру ұйымы : «Ақбота» бобекжай-бақшасы
Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»
Топ/сынып: Ересек топ «Айгөлек»
Балалардың жасы: 4 жастағы балалар
Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір айы 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс- әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру ,қайта сапқа тұру,шеңберге тұру. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, 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, алдыменөкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылайотыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Негізгі қимылдар: Жүру.бағытты және қарқынды өзгертіп жүру Жүгіру.1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Боренеден аттап өту Секіру.орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. Лақтыру.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 ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.

Білім беру ұйымы : «Ақбота» бөбекжай-бақшасы
Топ/сынып: Ересек топ «Қарлығаш»
Топ/сынып: Ересек топ Айгөлек»
Балалардың жасы: 4 жастағы балалар
Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр айы 2026жыл

Ұйымдастырылған іс -әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар: Сапқа тұру ,қайта сапқа тұру,шеңберге тұру. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, 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, алдыменөкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылайотыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Негізгі қимылдар: Жүру.бағытты және қарқынды өзгертіп жүру Жүгіру.1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Еңбектеу,өрмелеу.Табан мен алақанға сүйеніп,төрттағандап еңбектеу. Бөренеден аттап өту Секіру.орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. Лақтыру.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 ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.