

Бекітемін:

ЖШС «Құлыншақ 2019» бөбейсай балабақшасы

менгеруші:  Сазанбаева Ж.О.



2023-2024 оқу жылының кіші «Бәйшешек» тобының
дене шынықтыру нұсқаушысының перспективалық жоспары

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Күліншак 2019» б\б

Топ: кіші жас «Бәйшешек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: қазан айы, 2023 - 2024 оқу жылы.



<u>Айы</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекет</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</u>
Қазан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> - жалпы дамытушы жаттығуларды қолдану арқылы балалардың денсаулықтарын нығайту: ұлттық ойындар, саусақ ойындары, қимылды ойындар, жалпы шынықтыру процедуралары; - негізгі қимыл түрлерін дамыту; - саламатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін және құрдастарымен бірлескен әрекетке дайындықты қалыптастыру; - секіру. Бір орында тұрып екі аяқтап секіру, алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен, лентамен еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру; 10-15 см биіктен секіру; - енбектеу, өрмелеу. Кедергілі жазықтың бетімен, еніс тақтайдың үстімен, жол бойымен, әртүрлі заттардың: доғанын, орындық, үстел, арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алаканымен, тіземен тіреп) енбектеу. Ауданы 50 x 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Мәдени-гигиеналық дағдылар. - Киіміндегі ұқыпсыздықты байқап, оны өз бетінше, ересектердің

		<p>көмегімен жоюға, қол орамалды пайдалануға үйретуді жалғастыру.</p> <p>- Киініп-шешіну кезінде киімдерін белгілі тәртіппен киюге және шешуге, ілгектің әр түрлерін қолдана білуді жаттықтыру. Киімдерді шкафка немесе орындыққа ұйқыға жатап алдында ұқыпты жинау білігін бекіту.</p> <p>Жолдасының киіміндегі ұқыпсыздықты көруге және оған өз көмегін ұсынууды үйрету.</p> <p>- Жендерін өз бетімен түру, жуыну кезінде киімді суламау, жуыну кезінде суды шашыпатпау білігін бекіту.</p> <p>- Үстел басында қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру: нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып шайнау, ауызды толтырып сөйлемесу.</p> <p>- Балаларды үстел басында дұрыс отыру, үстелді даярлау заттарымен таныстыруды жалғастыру.</p> <p>- Жуыну туралы қысқа өлеңдерді немесе такпақтарды үйрету, оларды ересектермен немесе өз бетінше қайталау.</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</p> <p>1) балаларды серуен кезінде ультракүлгін сәуленің әсерінен ауа, су шараларының үйлесімділігімен шынықтыру;</p> <p>2) сумен шынықтыруда ұсақ тастары бар ванна қолданылады. Су температурасы +30°C градустан +18°C, +16°C -қа дейін әр үш күн сайын 2 градусқа төмендетіліп отырады.</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі.</p> <p>Ересектердің көрсетуі бойынша кейбір қимылдарды орындайды, қимыл белсенділігіне жағымды эмоциялық қарым-қатынас білдіреді, бұрын игерген қимылдарды өздігінен орындай алады.</p>
--	--	--

		<p><u>Спорттық жаттығулар:</u></p> <p>1) <u>шанамен сырғанау</u>. Ересектердің баланы сырғанатуы: шанаға отырғызып, төбешіктен сырғанату, шананы жолмен сүйрету, баланың ойыншығын шанамен сырғанатуы;</p> <p>2) <u>велосипед тебу</u>. Үш дөңгелекті велосипедке отырғызу, ересектердің көмегімен және көмегісіз түсіру, ересектердің көмегімен және өз бетімен роллі басқару;</p> <p>3) <u>мұз жолдармен сырғанау</u>; ересектер балалардың қолынан жетелеп сырғанатуы.</p>
--	--	---

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Құлыншақ 2019» б\б

Топ: кіші жас «Бәйшешек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек айы, 2023 - 2024 оқу жылы.

+



<u>Айы</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекет</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</u>
<u>Қыркүйек</u>	<u>Дене шынықтыру</u>	<p>- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, тепе-теңдік сақтау;</p> <p>- жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық қимылды, саусақпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шараларын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту;</p> <p>- салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау.</p> <p><u>Жүру.</u> Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерісте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.</p> <p><u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p>Қолдың білектен, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және</p>

		<p>нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бүгу және ашу.</p> <p>Кимылды ойындар.</p> <p>Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қопбандап жүру).</p>
--	--	--

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Құлыншақ 2019»б\б

Топ: кіші жас Бәйшешек тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: қараша айы, 2023-2024 оқу жылы.

+

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қараша	Дене шынықтыру	<p>- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, дақтыру, секіру, тепе-теңдік сақтау;</p> <p>- жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық қимылды, сәусакпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шараларын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту;</p> <p>- салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау.</p> <p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 сантиметр, ұзындығы 2-2,5 метр) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге): тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15 сантиметр): құрсаудан құрсаута аттап өту; тақтайдың үстімен 20 сантиметр арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (денталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу.</p>

		<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Арканын бұлшық еттерін және омыртканын иілгіштік қасиетін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.</p> <p>Кимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге кимылдары жеңіл, мазмұны қаралайым кимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі кимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Кимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қаралайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбандап жүру).</p> <p>Спорттық жаттығулар. <i>Велосипед тебу:</i> үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету.</p> <p>Дербес кимыл белсенділігі. Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, кимыл белсенділігіне жағымды эмоция білдіруге, бұрын меңгерген кимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу.</p> <p>Малени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Ересектің бақылауымен бетін, қолдарын ластанған кезде және тамақтың алдында өз бетінше жуу, беті мен қолын жеке орамалмен құрғатып сүрту, ересектің көмегімен өзін ретке келтіру.</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Жыл бойы медицина қызметкерінің жетекшілігімен балалардың денсаулығы мен жергілікті жағдайлар ескеріліп, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>
--	--	---

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Құлыншақ 2019» б\б

Топ: кіші жас Бәйшешек тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: желтоқсан айы, 2023-2024 оқу жылы.



<u>Айы</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекет</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</u>
<u>Желтоқсан</u>	<u>Дене шынықтыру</u>	<p>- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, тепе-теңдік сақтау;</p> <p>- жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық қимылды, саусақпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шараларын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту;</p> <p>- салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау.</p> <p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 сантиметр, ұзындығы 2-2,5 метр) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге): тұру, қолдарын жоғары</p>

		<p>көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15 сантиметр): күрсаудан күрсауға аттап өту; тактайдың үстімен 20 сантиметр арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>Арканың 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 бұту және жазу. Шапқасынан жатқан қалыпта аяқтарын көтеру және түсіру. Тізерлеп тұрып, өкшеге отыру және тұру.</p> <p>Кимылды ойындар.</p> <p>Балаларды ересектермен бірге кимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым кимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойында қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі кимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Кимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбандап жүру).</p>
--	--	---

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС « Құлыншақ 2019 » б/б

Топ: кіші «Бәйшешек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: қаңтар айы, 2022-2023 оқу жылы.



<u>Айы</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекет</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</u>
<u>Қаңтар</u>	<u>Дене шынықтыру</u>	<div data-bbox="1198 566 1243 598" style="text-align: center;">⚡</div> <ul style="list-style-type: none"> - негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, тепе-теңдік сақтау; - жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық, қимылды, саусақпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шараларын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту; - салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау. <p>Жүгіру. Біркалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің сонынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Арқаның бұлшық еттерін және омыртқаның иілгіштік қасиетін.</p>

		<p>дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Жанында тұрған (отырған) адамға қолындағы заттарды беріп, оңға-солға бұрылу. Алға және екі жаққа еңкею. Еденде отырып, аяқтарды кезекпен бұгу және жазу.</p> <p>Кимылды ойындар.</p> <p>Балаларды ересектермен бірге кимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым кимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі кимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Кимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбандап жүру).</p> <p>Спорттық жаттығулар.</p> <p>Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.</p> <p>Дербес кимыл белсенділігі.</p> <p>Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, кимыл белсенділігіне жағымды эмоция білдіруге, бұрын меңгерген кимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу.</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</p> <p>Балаларды топта жеңіл қиынға үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауала болу уақтығын қамтамасыз ету.</p>
--	--	---

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Құлыншақ 2019» б/б

Топ: кіші «Бәйшешек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: ақпан айы, 2023-2024 оқу жылы.

+

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене шынықтыру	<p>- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, тепе-теңдік сақтау;</p> <p>- жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық, қимылды, саусақпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шараларын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту;</p> <p>- салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау.</p> <p>Жүгіру. Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің сонынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.</p>

		<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Ішпін және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.</p> <p>Кимылды ойындар. Балаларды сресектермен бірге кимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым кимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі кимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Кимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кешіккерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбандап жүру).</p>
--	--	---

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Құлыншақ 2019»

Топ: кіші «Бәйшешек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

⊕ Жоспардың құрылу кезеңі: наурыз айы, 2023-2024 оқу жылы.

<u>Айы</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекет</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</u>
Наурыз	Дене шынықтыру	<p>- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, тепе-теңдік сақтау;</p> <p>- жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық, қимылды, саусақпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шабаларын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту;</p> <p>- салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау.</p> <p>Еңбектеу, өрмелеу. Шектеуді жазықтың, көлбеу тактайдың бойымен, доғаның, гимнастикалық скамейканың астынан, әртүрлі заттардың: арканның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алаканымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>Ішкі және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.</p>

		<p>Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбандап жүру).</p>
--	--	---

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Құлыншақ 2019» б/б

Топ: кіші Бәйшешек тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: сәуір айы, 2023-2024 оқу жылы.



<u>Айы</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекет</u>	<u>Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</u>
<u>Сәуір</u>	<u>Дене шынықтыру</u>	<p>- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, тепе-теңдік сақтау;</p> <p>- жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық қимылды, саусақпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шараларын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту;</p> <p>- салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау.</p> <p><u>Домалату, лақтыру.</u> Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру; отырып және тұрып, түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, доптарды бір-біріне домалату.</p> <p><u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Орнында жүру.</u> Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бүгу.</p>

		<p>Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың екшесін алға қою. Аяқтың бақайдарын қимылдату (отырып).</p> <p>Қимылды ойындар.</p> <p>Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қаралайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қаралайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; құ саяқты қорбандап жүру).</p>
--	--	--

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы (балабақша / ЖШС «Құлыншақ 2019» б/б

Топ: кіші «Бәйшешек тобы

Балалардың жасы: 2 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: мамыр айы, 2023-2024 оқу жылы.

+

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене шынықтыру	<p>- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, теңе-теңдік сақтау;</p> <p>- жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық қимылды, саусақпен ойналатын ойындарды, шынықтыру шарадарын қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту;</p> <p>- салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру және құрдастарымен бірлесіп әрекет етуге дайындау.</p> <p>Секіру. Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге, алға қарай ұмтыла қос аяқпен затқа дейін (10-15 сантиметр) секіруге, 10-15 сантиметр биіктіктен секіруге, еденде жатқан секіргіштен, лентадан (қатар қойылған 2 арқаннан) аттап секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар.</p>

		<p>Орнында жүру. Бастапқы калыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бүгу. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкішесін алға қою. Аяқтың бақайларын қимылдату (отырып).</p> <p>Қимылды ойындар.</p> <p>Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойында қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбанды жүру).</p>
--	--	---