

Білім беру ұйымы МКҚК «№ 1 бөбекжайы»

Топ «Көбелек» ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3-4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 2024-2025 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Қос аяқпен секіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. 4-6 м арақашықтыққа еңбектеу. Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. «Жыланша» арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеу. Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. 2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. Аралықты сақтай отырып жүру және жүгіру. Допты қақпадан асыра лақтыру.
Қазан	Дене шынықтыру	Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Тоқтап және заттардың арасымен тапсырманы орындай жүгіру, текшенің үстінде тепе-теңдік сақтап тұру, қос аяқпен алға жылжи секіру. Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге үйрету. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау. Қатарды бұзбауға тәрбиелеу. Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. «Жыланша» арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеу. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай

		<p>бойымен жүру. 2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. Аралықты сақтай отырып жүру және жүгіру. Допты қақпадан асыра лақтыру.</p>
Қараша	Дене шынықтыру	<p>Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. 2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшак ұстап допты домалату. Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру. Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу. Допты жоғарыға лақтыру. Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Бөрененің үстімен еңбектеу. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру.</p>
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<p>Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Лақтырған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты тура нысанаға лақтыру. Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденең нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті</p>

		сақтау. Жүрелеп жүру және «жыланша» жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру.
Қаңтар	Дене шынықтыру	Бұрылып жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Лақтырған допты қағып алу. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бөрененің үстімен еңбектеу. Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Допты екі қолмен жоғарыға лақтыру. Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденең нысанаға лақтыру. «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру.
Ақпан	Дене шынықтыру	Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Көлденең нысанаға лақтыру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура секіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Нық қадаммен алға жүру. Музыкалық жаттығу: «Кірпілер билейді» және түрлі бағытта жүгіру. Алысқа лақтыру.
Наурыз	Дене шынықтыру	Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге

		<p>секіру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Тақтай бойымен тепе-теңдік сақтап жүру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Тура нысанаға сол қолмен лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіру. Доғаның астымен өрмелеу.</p>
Сәуір	Дене шынықтыру	<p>Нық қадаммен алға және артқа жүру. Қос аяқпен аяқтарды алшақ қойып секіру. Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Допты педагогтан 1-1,5 м арақашықтыққа лақтыру. Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. 15-20 см биіктен секіру. Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыру. Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу.</p>
Мамыр	Дене шынықтыру	<p>Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыру. 15-20 см биіктен секіру. Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру. Нық</p>

		<p>қадаммен алға және артқа жүру. Допты педагогтан 1-1,5 м арақашықтыққа лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Алысқа лақтыру.</p>
--	--	--