



«Бекітемін»
«Бейнеу» бөбекжайы» ЖБҚ
МКҚК директоры
Д.Ақшабаева
« 09 » 2022 ж

**«Шағала» және «Аққу» ортаңғы топтарының
2022-2023 оқу жылына арналған
дене шынықтыру маманының жылдық жоспары**

«Шағала», «Аққу» ортаңғы топтарына арналған перспективалық жоспары

№	Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты мен міндеттері	Сағат саны	Өтетін күні
---	-------------------	--------------------	------------------------	------------	-------------

Қыркүйек

1.	«Менің балабақшам»	«Бір қатар сапқа тұру.бастаушыға қарап түзелу»	Балаларды сапта жүруге үйрету.Қимыл іс-әректін бақылау мақсатында жылдамдыққа бойларын үйрету	3	01.09 609
		«Сапта тұру. Бір-бірден жүру»	Денелерін тік ұстауға үйрету, жылдамдық пен шапшандылықты дамыту. Қозғалыстарын жетілдіру,саппен жүруді үйрету.	3	12.09 1309
		«Сапқа тұру. Саппен жүру арқылы 2 қатарға бөліну»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, сапқа тұруды немесе 2 қатарға бөлінуді үйрету.	3	15.09 2009
		«Заттардың арасымен еңбектеп өту, допты бастан асыра беру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,саппен жүруді ,еңбектеп өтуді үйрету .	3	07.09 19909

Қазан

2.	«Менің отбасым»	«Кругтан кругқа секіру.Допты аяқтың арасына қысып, берілген жерге дейін секіру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,саппен жүруді үйрету.	3	3.X 4.X 5.X
		«Допты бір-біріне қос қолдап лақтырып,қағып алу»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,саппен жүруді ,допты қос қолдап лақтыруды үйрету	3	10.X 11.X 12.X
		«Гимнастикалық орындық үстімен төрттағандап еңбектеу»	Гимнастикалық орындық үстімен төрттағандап еңбектеуге үйрету. Балалардың	3	14.X 18.X 19.X

		қозғалыстарын жетілдіру,саппен жүруді үйрету.		
	«Допты бір-біріне қос қолдап лақтырып,қағып алу».(қайталау)	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,саппен жүруді,допты қос қолдап лақтыруды үйрету	3	21-х 20-у

Қараша

3.	«Дені саудың жаны сау»	«Заттардан аттап жүру.Гимнастикалық орындық үстімен жүру,жүгіру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,гимнастикалық орындық үстімен жүруді,жүгіруді үйрету	3	01-х 02-х
		«Кедергісі бар тақтай үстімен аяқтың ұшымен, өкшемен жүру»	Балалардың қозғалысын, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруді дамыту.	3	2-х 2-х
		«Сапта тұрып шеңбер болу.Допты бір-біріне домалату,лақтыру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,допты бір біріне домалату, лақтыруға үйрету.	3	14-х 16-х
		«Кедергісі бар тақтай үстімен аяқтың ұшымен, өкшемен жүру»	Балалардың қозғалысын, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруді дамыту.	3	2-х 2-х

Желтоқсан

4.	«Менің Қазақстаным»	«Сапта тұрып шеңбер болу.Допты бір-біріне домалату,лақтыру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,допты бір біріне домалату, лақтыруға үйрету.	3	5-х 6-х
		«Кедергісі бар тақтай үстімен аяқтың ұшымен, өкшемен жүру»	Балалардың қозғалысын, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруді дамыту.	3	12-х 13-х
		«Заттардан аттап жүру. Секіртпемен өз еркімен секіру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру,секіртпемен секіруді үйрету.	3	19-х 20-х
		«Гимнастикалық орындық үстіндегі заттардан аттап жүріп,орындық үстінен секіру»	Балалардың қозғалысын, тепе-теңдігін сақтауға,орындық үстіне секіруге үйрету.	3	25-х 27-х

Қаңтар

5	«Табиғат әлемі»	«Педагогтың белгісімен 2 сапқа тұру, шеңбер болып тұру, жүру, жүгіру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, 2 сапқа тұруды, 2 шеңбер болуды, ойлау қабілетін арттыру.	3	20 50
		«Гимнастикалық орындық үстіндегі заттардан аттап жүріп, орындық үстінен секіру» (қайталау)	Балалардың қозғалысын, тепе-теңдігін сақтауға, секіруге үйрету. Ұқыптылыққа тәрбиелеу.	3	80 10.01
		«Арқан үстімен 1 қырымен жүру. Адымдап жүру, теріс қарап жүру»	Балалардың қозғалысын, тепе-теңдігін сақтауға, теріс қарап жүруге үйрету. Ой-өрісін дамытып, ойынға деген қызығушылығын арттыру.	3	150 170
		«Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығып, одан түсіп алға қос аяқтап секіру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, аяқ-қол бұлшықеттерін дамыту, ойынға деген қызығушылығын арттыру	3	200 250

Ақпан

6	«Бізді қоршаған әлем»	«Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығып, одан түсіп, кері еден үстімен еңбектеу»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, ептілік қасиеттерін дамыту, ойынға деген қызығушылығын арттыру.	3	202 302
		«1 қатарға сап түзеп, 1-2 деп санатып 2 топқа бөлу. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, қолдағы допты жалғастырып беру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, орындық үстімен жүруді, допты жалғастырып беруді үйрету.	3	05.02 402
		«Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығып, одан түсіп, кері еден үстімен еңбектеу» (қайталау)	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, ептілік қасиеттерін дамыту. Гимнастикалық өрмелеп шығуға, еден үстімен еңбектеуге үйрету.	3	1302 1402
		«Алға қарай 1 аяқпен	Балалардың	3	

		секіріп, келесі аяқты ауыстыра кері кругтан-кругқа секіру»	қозғалыстарын жетілдіру, 1 аяқпен секіруді және кругтан-кругқа секіруді үйрету.		2002 2402
--	--	--	---	--	--------------

Наурыз

7.	«Салттармен фольклор»	«Қол ұстасып, шеңберге тұру, жүру, жүгіру, секіру. Бір-бірден сапқа тұрғызу. Педагогтің белгісімен оңға, солға бұрылу»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, қол ұстасып шеңберге тұруды, жүруді, жүгіруді секіруді үйрету.	3	303 603
		«2 қатарға тұру, тізені көтере жүру, белгі берген кезде шашырау. Ұлттық бидің қимылын салу» (қара жорға биі)	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, Бидің қимылын салуды үйрету.	3	1303 1803
		«Бір-біріне қарама-қарсы тізерлеп отыра, допты домалату»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, тізерлеп отыруға, допты домалатуға үйрету.	3	2003 2403
		«Қол ұстасып, шеңберге тұру, жүру, жүгіру, секіру. Бір-бірден сапқа тұрғызу. Педагогтің белгісімен оңға, солға бұрылу». (қайталау)	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, қол ұстасып шеңберге тұруды, жүруді, жүгіруді секіруді үйрету.	3	2703 2803

Сәуір

8.	«Біз еңбекқор баламыз»	«Гимнастикалық орындық үстімен ішпен тартыла жылжу»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, орындық үстімен тартыла жылжуды үйрету.	3	304 404
		«Саппен жүру, екі аяқпен кеглиден аттап секіріп жүру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, кеглиден аттап секіруді үйрету.	3	1004 1304
		«Заттардың арасынан жүру, жүгіру. Үлкен шеңбер құра, допты бір-біріне жалғастыру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, тізерлеп отыруға, допты домалатуға үйрету.	3	1404 2004
		«Заттардың арасынан жүру, жүгіру. Үлкен шеңбер құра, допты бір-біріне жалғастыру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, тізерлеп отыруға, допты домалатуға үйрету.	3	2404 2504

Мамыр

9.	«Әрқашан күн сөнбесін»	«3-4 метр қашықтықта тұрған себетке құм дорбаны лақтыру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, құм дорба лақтыру арқылы қырағылық қасиетін арттыру.	3	30.05 8.05
		Белгіленген жерге дейін еңбектеп, кері косаяқтап секіру.	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, еңбектеп жүруді және қос аяқтап секіруді үйрету.	3	15.05 17.05
		«Жалаушаға дейін допты аяқпен жаймен теуіп барып, кері жүгіріп қайту»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, допты аяқпен жаймен теуіп жүруді үйрету.	3	29.05 31.05
		«Қатарынан қойылған таяқшалардан аттап жүру»	Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, таяқшалардан аттап жүруді үйрету.	3	29.05 30.05

Барлығы :

108