

Тәрбиелеу - білім беру процесінің психодраммасы

Білім беру ұйымы: №41 «Назарек» бөбекжай бағабаспасы Ақтөбе қаласы  
 Жоспардың құрылым жағы: 3-4-жас  
 Денешынықтыру жетекшісі: Игілкова 1 Үлбану Балтөбеқызы

<p>Дүйсенбі 3.11.2025ж 8.10-8.30</p>	<p>Сейсенбі 4.11.2025ж 8.10-8.30</p>	<p>Сәрсенбі 5.11.2025ж 8.10-8.30</p>	<p>Бейсенбі 6.11.2025ж 8.10-8.30</p>	<p>Жұма 7.11.2025ж 8.10-8.30</p>
<p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p><b>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы</b> <b>9.00-9.15</b> <b>Домалату, дақтыру.</b> <b>Мақсаты:</b> Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі шарларды домалату, допты екі қолмен алға дақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа дақтыру. <b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа қолды және түсіру (бірге көтеру және кезектен); немесе кезектен); <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см</p>	<p><b>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</b> <b>Төне-тендік сақтау жаттығулары.</b> <b>Мақсаты:</b> Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. <b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <b>Адал азамат</b> «Ұлттық ойын» «Тақия тастамақ» <b>Қимылды ойын:</b> « Төбеде доп қуу» <b>Жай қимылды ойын:</b> «Өрмекші мен шыбын»</p>	<p><b>1. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.00-9.15</b> <b>Төне-тендік сақтау жаттығулары.</b> <b>Мақсаты:</b> Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. <b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою. <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b> 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <b>Адал азамат</b></p>	<p><b>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</b> <b>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</b> <b>Жалпы дамытушы жаттығулар мақсаты:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды</p>	<p><b>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</b> <b>2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.55-10.10</b> <b>Домалату, дақтыру.</b> <b>Мақсаты:</b> Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату.</p>

<p>(2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жігіттен немесе қызыдан аттап өту.</p> <p><b>Адал азамат</b></p> <p>«Ұлттық ойын»</p> <p>«Тауық күрес»</p> <p>Қимылды ойын: «Аққу қаздар»</p> <p>Жай қимылды ойын: «Бакшада»</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p><b>Корытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> <p><b>2. №9 «Баланаң»</b> ортанғы тобы <b>9.25-9.40</b></p> <p><b>Домалату, дақтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Дөпты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі дөптар мен шарларды жинау; оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, дөпты екі қолмен алға дақтыру, дөпты алға домалату (отырып, тұрып), дөпты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа дақтыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <p>қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен);</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жігіттен немесе қызыдан аттап өту.</p> <p>«Ұлттық ойын»</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>«Тауық күрес»</p> <p>Қимылды ойын: «Аққу қаздар»</p> <p>Жай қимылды ойын: «Бакшада»</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>«Ұлттық ойын» «Тақия тастамақ»</p> <p>Қимылды ойын: «Төбере деп қуу»</p> <p>Жай қимылды ойын: «Ормекші мен шыбын»</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> <p><b>2. №4 «Жұлдыз»</b> арнайы ересек тобы <b>9.20-9.40</b></p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар</b></p> <p><b>мақсаты:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына аяру: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кәуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу; қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүткіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кәуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындауға үйрету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Тізені бүту, алға созу, қайтадан бүту және түсіру.</p> <p>Адал азамат</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>«Ұлттық ойын» «Түйілген орамал»</p> <p>Қимылды ойын: «Аяғымызбен жер тебеміз»</p> <p>Мақсаты:</p>	<p>жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеруге үйрету.</p> <p><b>Кәудеге арналған жаттығулар</b></p> <p><b>мақсаты:</b> Гимнастикалық қабырғата қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкеюге үйрету.</p> <p>«Ұлттық ойын» «Түйілген орамал»</p> <p>Қимылды ойын: «Аяғымызбен жер тебеміз»</p> <p>Жай</p>
<p><b>2. №4 «Жұлдыз»</b> арнайы ересек тобы <b>9.35-9.55</b></p> <p><b>Негізгі қимылдар</b></p> <p><b>Дақтыру, домалату, қатын алу</b></p> <p><b>мақсаты:</b> дөпты бір-біріне төменнен және бастан асыра дақтыру (1,5 метр қашықтықта), қатын алуға үйрету</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кәудеге арналған жаттығулар.</p> <p>Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю</p> <p><b>Адал азамат Біртұтас тәрбие</b></p> <p>«Ұлттық ойын»</p> <p>«Тауық күрес»</p> <p>Қимылды ойын: «Аққу қаздар</p> <p>Қимылды ойын: «Аққу қаздар</p> <p>«Мақсаты: Балаларды домалатуға үйрету.</p> <p><b>Жай қимылды ойын:</b></p> <p>«Бакшада» мақсаты: Балаларды дақтыруға үйрету.</p>	<p><b>3. №4 «Жұлдыз»</b> арнайы ересек тобы <b>9.45-10.05</b></p> <p><b>Негізгі қимылдар</b></p> <p><b>Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру</b></p> <p><b>мақсаты:</b> оңға, солға бұрылу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жақын тұруға үйрету.</p> <p><b>Ырғақтық жаттығулар</b></p> <p><b>мақсаты:</b> Таным,</p>	<p>«Ұлттық ойын» «Тақия тастамақ»</p> <p>Қимылды ойын: «Төбере деп қуу»</p> <p>Жай қимылды ойын: «Ормекші мен шыбын»</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> <p><b>2. №4 «Жұлдыз»</b> арнайы ересек тобы <b>9.20-9.40</b></p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар</b></p> <p><b>мақсаты:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына аяру: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кәуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу; қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүткіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кәуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындауға үйрету.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Тізені бүту, алға созу, қайтадан бүту және түсіру.</p> <p>Адал азамат</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>«Ұлттық ойын» «Түйілген орамал»</p> <p>Қимылды ойын: «Аяғымызбен жер тебеміз»</p> <p>Мақсаты:</p>	<p>жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеруге үйрету.</p> <p><b>Кәудеге арналған жаттығулар</b></p> <p><b>мақсаты:</b> Гимнастикалық қабырғата қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкеюге үйрету.</p> <p>«Ұлттық ойын» «Түйілген орамал»</p> <p>Қимылды ойын: «Аяғымызбен жер тебеміз»</p> <p>Жай</p>



Балаларды ұйымшылдылықка тәрбиелеу.  
**Қорытынды:** «Допты үрлеу»  
 тыныс алу жаттығуын жасау.

**3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00**  
**Еңбектеу, өрмелеу.**  
**Мақсаты:** 10 м-ге дейінгі қашықтықта зағтардың арасымен тұра бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандан еңбектеу; етіпсізмен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен ғартылып, алға қарай еңбектеу.  
 Табап мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу. 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту.  
 Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту;  
**ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар.**  
 Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу.  
**Ұлттық ойын:** «Атқума»  
**Қимылды ойын:** «Аншылар мен қояндар»  
**Жай қимылды ойын:** «Карлығаш»  
**Қорытынды:** «Допты үрлеу»  
 тыныс алу жаттығуын жасау.

көтеру;  
**Жай қимылды ойын:** «Жаяу қақтар»  
**Қорытынды:** «Допты үрлеу»  
 тыныс алу жаттығуын жасау.

**3. №4 «Жүздіз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05**  
**Жүтіру мақсаты:** орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүтірте дағдыландыру  
**Еңбектеу, өрмелеу**  
**мақсаты:** құрсаудан еңбектеп өту; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өтуге үйрету  
**ЖДЖ: Кол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.**  
 Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу.  
**Ұлттық ойын:** «Атқума»  
**Қимылды ойын:** «Аншылар мен қояндар» мақсаты: Балаларды рөлді ойнауға үйрету.  
**Жай қимылды ойын:** «Карлығаш» мақсаты: Балаларды ыдыстарды жууға үйрету  
**Қорытынды:** «Денені еркін ұста» бау ауен ырғағымен демалу.

көксерек»  
**Қиынды ойын:** «Сокыр тек»  
 Мақсаты: Балаларды жалан аяқ жүріуге үйрету.  
**Жай қимылды ойын:** «Аншы» мақсаты: Балаларды жалпақ табиғаттылыққа үйрету.  
**Қорытынды:** «Құстар қанат қағды» тыныс алу жаттығуы.

**3. №3 «Үлгер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40**  
**4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15**  
**Секіру.**  
**Мақсаты:** Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшак қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шаммен 70 см), қысқа секірішпен секіру;

Тәрбиелеу - білім беру процесінің психологиясы

Қызылорда облысының білім және ғылым бөлімі  
 «Ақпараттық құрылым» ЖШС-інің директоры  
 Денешынықтыру жетекшісі: Игілікбаева І. Утбану Батпабеқызы

Дүйсенбі 10.11.2025ж

8.10-8.30

Ергенілік жаттығулар  
 «Күй күмбірі»

Сейсенбі 11.11.2025ж

8.10-8.30

Ергенілік жаттығулар  
 «Күй күмбірі»

Сәрсенбі 12.11.2025ж

8.10-8.30

Ергенілік жаттығулар  
 «Күй күмбірі»

Бейсенбі 13.11.2025ж

8.10-8.30

Ергенілік жаттығулар  
 «Күй күмбірі»

Жұма 14.11.2025ж

8.10-8.30

Ергенілік жаттығулар  
 «Күй күмбірі»

<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы                  9.00-9.15                  Домалату, дақтыру.                  Мақсаты: Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды помалату, допты екі қолмен алта пақтыру, допты алта домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа дақтыру.</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15                  Тене-теңдік сақтау жаттығулары.                  Мақсаты: Тұра жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру.                  Қимылды ойындар.                  Бағаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.</p>	<p>1. №9 «Бағанан» ортанғы тобы 9.00-9.15                  Тене-теңдік сақтау жаттығулары.                  Мақсаты: Тұра жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру.                  Қимылды ойындар.                  Бағаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15                  2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15                  Негізгі қимылдар                  Спорттық ойындар                  мақсаты: Футбол элементтері.                  Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу.                  Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу.                  Допты бірнеше рет аяқпен</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15                  2. №9 «Бағанан» ортанғы тобы 9.55-10.10                  Домалату, дақтыру.                  Мақсаты: Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алта дақтыру (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа дақтыру.</p>
<p>ЖІДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар:                  шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше.                  Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:                  1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе</p>	<p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:                  1. Біркәліпті жүгіру, шашырап, берілген араcымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.                  «Ұлттық ойын» «Тасымылау»                  Қимылды ойын:                  « Төбеде доп қуу»                  Жай қимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын»                  Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын</p>	<p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:                  1. Біркәліпті жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың араcымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.                  Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:                  1. Біркәліпті жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың араcымен шеңбер бойынша, аяқтың</p>	<p>Негізгі қимылдар                  Спорттық ойындар                  мақсаты: Футбол элементтері.                  Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу.                  Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу.                  Допты бірнеше рет аяқпен</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15                  2. №9 «Бағанан» ортанғы тобы 9.55-10.10                  Домалату, дақтыру.                  Мақсаты: Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алта дақтыру (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа дақтыру.</p>

<p>Таяктап аттап оту. Алдай азамат Біртұтас тәрбие «Ұлттық ойын» Кимылды ойын: «Тауық күрес» Жай кимылды ойын: «Аққу қаздар» «Бақшада» Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>орындау. 2. №2 «Бағанан» ортаңғы тобы 9.25-9.40 Домалату, дақтыру. Мақсаты: Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, қолөмдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алға дақтыру, допты алға домалату (отырғып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа дақтыру. шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. Алдай азамат Біртұтас тәрбие «Ұлттық ойын» «Тауық күрес» Кимылды ойын: «Аққу қаздар» Жай кимылды ойын: «Бақшада» Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>ұшымен жүтіру. «Ұлттық ойын» «Тасымылау» Кимылды ойын: «Төбеле доп куу» Жай кимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. 2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Кимылды ойындар мақсаты: Кимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Дербес кимыл белсенділігі мақсаты: Балаларды педогогпен бірге жаттығуларды орындауға, кимылды ойындарға қатысуға тарту. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар. Аяқтың ұшын созу, оқпені айналыдыру. «Ұлттық ойын»: «Аксерек көксерек» Кимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету. Жай кимылды ойын: «Аншы» Мақсаты: Балаларды кимылдарын жасауға үйрету. Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>қабырғаға тебуге үйрету. Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: Тимпастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің денгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру. «Ұлттық ойын» «Аксерек көксерек» Кимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету. Жай кимылды ойын: «Аншы» мақсаты: Балаларды кимылдарын жасауға үйрету. Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>ЖДЖ: арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жарғылмай отыру Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. «Ұлттық ойын» «Тасымылау» Кимылды ойын: «Төбеле доп куу» Жай кимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: Тізерлеп отырғып, допты өзінен айналыдыра домалату. Аяққа арналған жаттығулар мақсаты. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белше қойып, екі жаққа созып, отыру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. екі аяқты кезек бұту және жазу, көтеру және түсіру. Алдай азамат Біртұтас тәрбие «Ұлттық ойын»: «Көтермек» Кимылды ойын: «Ақ сандық көк сандық» мақсаты: Балаларды жаттығуларды жасауға үйрету. Жай кимылды ойын: «Айдаһардың құйырты» мақсаты: Балаларды жаттығуларды жасауға үйрету.</p>	<p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Негізгі кимылдар</p>	<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы</p>		

Аяққа

<p>балаларды жалпы мадактру. Тыныс алу жаттыгуын жасау</p>	<p>Спорттык жаттыгулар максаты: Велосипед тебу; екі немесе үш дөңгөлөкті велосипед тебу; онга, солга бұрылуу. Жазу максаты: некке дейін суда отыру, судан шыгу; бетін суға малу; ЖДЖ: Кол және иык белдеуіне арналған жаттыгулар. колдың билектерін айналдыру. Ұлттык ойын: «Атқума» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар»максаты: Балаларды велик тебуге үйрету. Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» максаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p>	<p>мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15 Негізгі қимылдар Аяққа арналған жаттыгулар максаты:аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырын-түру (2-3 рет); колды тізгелге қойып отырып-түру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыттуға үйрету Спорттык жаттыгулар максаты: Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгөлөкті велосипед тебу. Онга және солга бұрылуға үйрету. ЖДЖ: Интін бұлшық еттеріне арналған жаттыгулар: гимнастикалық кабырғада колдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). «Ұлттык ойын» «Атқума» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» максаты: Балаларды велик тебуге үйрету. Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» максаты: Балаларды дене қимылдарын жасауға үйрету.</p>
<p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Негізгі Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттыгулар максаты гимнастикалық кабырғада колдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеруге үйрету (5-6 рет).</p>	<p>Спорттык жаттыгулар максаты: Балаларды велик тебуге үйрету. Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» максаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p>	
<p>Арқаға арналған жаттыгулар максаты: Арқаға арналған жаттыгулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттыгуларды орындау, колдың көмегімен етпетінен жатып энбектеуге үйрету (3 метр). ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттыгулар. колды жотары көтеріп, жан-жаққа бұрылу. Адал азамат</p>	<p>4. №3 «Үлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Негізгі Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттыгулар максаты гимнастикалық кабырғада колдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеруге үйрету (5-6 рет). Арқаға арналған жаттыгулар максаты: Арқаға арналған жаттыгулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттыгуларды орындау, колдың көмегімен етпетінен жатып энбектеуге үйрету (3 метр). ЖДЖ:Кеудеге арналған жаттыгулар. колды жотары көтеріп, жан-жаққа бұрылу «Ұлттык ойын» «Көтермек» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» максаты: Балаларды велик тебуге үйрету.</p>	
<p>Адал азамат Біріугас тарбие «Ұлттык ойын» «Көтермек» Қимылды ойын: «Ақ сандык көк сандык» максаты: Балаларды жаттыгуларды жасауға үйрету. Жай қимылды ойын: «Айдаһардың құйрығы»максаты: Балаларды жаттыгуларды жасауға үйрету.</p>	<p>«Ақ сандык көк сандык» максаты: Балаларды жаттыгуларды жасауға үйрету.</p>	

Білім берүү үйыгы: №41 «Иттерке» бөбөкжаш балбаакшасы Актөбө каласы  
 Балдардын жасы: 3-4-5 жаш  
 Жосундардын кұрылы кезеңі: 17-21 караша 2025 жыл III-Апта

Тәрбиелеу - білім берүү процесинин пиклотраммасы  
 Денешыныктыру жетекшеси: Идилкова Гулбану Балтабөккызы

<p>Дүйсөнбү                  17.11.2025ж                  8.10-8.30                  Ертенгилик жаттыгуулар                  «Күй күмбүрі»</p>	<p>Сейсенбү                  18.11.2025ж                  8.10-8.30                  Ертенгилик жаттыгуулар                  «Күй күмбүрі»</p>	<p>Сарсенбү                  19.11.2025ж                  8.10-8.30                  Ертенгилик жаттыгуулар                  «Күй күмбүрі»</p>	<p>Бейсенбү                  20.11.2025ж                  8.10-8.30                  Ертенгилик жаттыгуулар                  «Күй күмбүрі»</p>	<p>Жума                  21.11.2025ж                  8.10-8.30                  Ертенгилик жаттыгуулар                  «Күй күмбүрі»</p>
<p>1. №8 «Көжеке» ортангы тобы                  9.00-9.15                  Тене-тендик сактау жаттыгуулары.                  Максатты: Тура жолмен, сызыктармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындыгы 2-2,5 м) жиптин бойымен, гимнастикалык скамейканын үстүмен жүрүү. Кимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге кимылдары жеңіл, мазмұны карапайым кимылды ойындар ойнауға ынталандыруу.                  ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгуулар: иыктарды жоғары көтеру; Негізгі кимыл-козғалыс жаттыгуулары: 1. Ұзындыгы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тактай бойымен жүрүү, жиптен немесе таяктан аттап өту.                  Адал азамат</p>	<p>1. №8 «Көжеке» ортангы тобы                  9.00-9.15                  Домалату, лактыру.                  Максатты: Допты бір колмен және екі колмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі колмен алға лактыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа лактыру.                  ЖДЖ: Аяққа арналган жаттыгуулар: колдарды алға созып, жартылай отыру                  Негізгі кимыл-козғалыс жаттыгуулары: 1. Біркалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі карқынмен, заттардың арасымен пенбер бойынша, аяқтың</p>	<p>1. №9 «Баланап» ортангы тобы                  9.00-9.15                  Домалату, лактыру.                  Максатты: Допты бір колмен және екі колмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі колмен алға лактыру, допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа лактыру.                  ЖДЖ: Аяққа арналган жаттыгуулар: колдарды алға созып, жартылай отыру                  Негізгі кимыл-козғалыс жаттыгуулары: 1. Біркалыпты жүгіру, шашырап, берілген</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы                  9.50-10.15                  2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы                  10.50-11.15                  Сауықтыру-шынықтыру шаралары максатты: Су температурасын біртіндеп төмендете отырып, карашайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу денгейін ескеріп, карама-қарсы температурадағы сүмен шайыну, танертенгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және өкшелерді нығайту үйрету.                  ЖДЖ: Кеудеге арналган</p>	<p>1. №8 «Көжеке» ортангы тобы                  9.00-9.15                  2. №9 «Баланап» ортангы тобы                  9.55-10.10                  Домалату, лактыру.                  Максатты: Допты бір колмен және екі колмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі колмен алға лактыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге,</p>

<p><b>Біртұтас тәрбие</b> «Ұлттық ойын» «Көтермек» Қимылды ойын: «Ақ сандық көк сандық» Жай қимылды ойын: «Айдаһардың құйырғыз» <b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Үшменжүздіру. Адал азамат Біртұтас тәрбие «Ұлттық ойын» «Атқума» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» <b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүздіру. «Ұлттық ойын» «Атқума» <b>Қимылды ойын:</b> «Аншылар мен қояндар» Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» <b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p><b>жаттығулар мақсаты:</b> Қолдарын айкастырып желкеге қою, қолды жазып, екі жаққа созу. Адал азамат <b>Біртұтас тәрбие</b> «Ұлттық ойын» «Атқума» <b>Қимылды ойын:</b> «Аншылар мен қояндар» мақсаты: Балаларды релді ойнауға үйрету. <b>Жай қимылды ойын:</b> «Қарлығаш» мақсаты: Балаларды ыдыстарды жууға үйрету «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>қашықтыққа дақтыру. <b>Аяқса</b> <b>ЖДЖ:</b> <b>арналған</b> <b>жаттығулар:</b> тізені қолмен үстап, басты төмен ип, кезекпен тізені ип, кезекпен тізені бүтіп, аяқты көтеру, Негізгі қимыл- қозғалыс <b>жаттығулары:</b> 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Адал азамат <b>Біртұтас тәрбие</b> «Ұлттық ойын» «Аксерек көксерек» <b>Қимылды ойын:</b> «Сожыр теке» <b>Жай қимылды ойын:</b> «Аншы» <b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>
<p><b>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55</b> <b>Салдауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты:</b> «Денсаулық - зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің азғата әсерін, тістерді газдалудың пайдасын, суық тимеудің алдыналуға болатынын түсінуге үйрету. <b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Екі аяқты айкастырып, отыру және тұру. Адал азамат <b>Біртұтас тәрбие</b> «Ұлттық ойын» «Көтермек» <b>Қимылды ойын:</b> «Ақ сандық көк сандық» Балаларды қызығушылықпен ойнауға үйрету. <b>Жай қимылды ойын:</b> «Айдаһардың құйырғыз» мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу</p>	<p>2. №9 «Балашан» ортаңғы тобы 9.25-9.40 Тене-теңдік сақтау <b>жаттығулары.</b> Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жігітін бойылмен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. <b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар: Иықтарды жоғары көтеру; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жігітпен немесе таяқтан аттап өту. <b>Адал азамат</b></p>	<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 <b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты:</b> Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құрмын үстімен жалаң аяқ жүру. <b>ЖДЖ:</b> Аяққа арналған жаттығулар. Аяқтың бақайдарымен жіпті жинау. Адал азамат <b>Біртұтас тәрбие</b> «Ұлттық ойын» «Аксерек көксерек» <b>Қимылды ойын:</b> «Сожыр теке» мақсаты: Балаларды ептілікке үйрету. <b>Жай қимылды ойын:</b> «Аншы» мақсаты:</p>	<p>«Аншы» мақсаты:</p>	<p>«Аншы» мақсаты:</p>

<p><b>4. №3 «Түндер» арнайы мектепіндегі тобы 10.10-10.35</b>  <b>Қимылды ойындар мақсаты:</b>  Бініз мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру.  Үлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға үйрету.  <b>Дербес қимыл белсенділігі.</b> ойын алаңында балалардың жүруіне арналған кедергі жолдар жасауға үйрету.  <b>ЖДЖ: Кеулеге арналған жаттығулар.</b>  Отырып алға қарай еңкею, тізерлеп тұрып алға еңкею.  <b>Адал азамат</b>  <b>Біртұтас тәрбие</b>  <b>«Ұлттық ойын» «Көгерме»</b>  <b>Қимылды ойын:</b> «Ақ сандық көк сандық» Балаларды қызығушылықпен ойнауға үйрету.  <b>Жай қимылды ойын:</b>  «Айдалардың күйрығы» мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу  Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p><b>ЖДЖ: Ішкі бұшық</b>  <b>етеріне арналған жаттығулар:</b>  гимнастикалық қабырғада қолдарымсн тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет).  <b>«Ұлттық ойын» «Ақума»</b>  <b>Қимылды ойын:</b>  «Аншылар мен қояндар» мақсаты: Балаларды рөлді ойнауға үйрету.  <b>Жай қимылды ойын:</b>  «Қарлығаш» мақсаты: Балаларды ыдыстарды жууға үйрету</p>		
--	---	--	--

**Тәрбиелесту - балы беру процесини инновациялаштыру**

Балалардын жашы: 3-4-5 жас  
 Жасоолордун куралы кезеңи: 24-28 караша 2025 жыл IV-апта  
 Денешыныктыру жетекши: Илликоча Гүлдону Балтабеккызы

Дүйсөңбү	Сейсенбү	Сарсенбү	Бейсенбү	Жума
24.11.2025ж	25.11.2025ж	26.11.2025ж	27.11.2025ж	28.11.2025ж
8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30	8.10-8.30
Ергендик жаттыгуулар «Күй күмбүрү»	Ергендик жаттыгуулар «Күй күмбүрү»	Ергендик жаттыгуулар «Күй күмбүрү»	Ергендик жаттыгуулар «Күй күмбүрү»	Ергендик жаттыгуулар «Күй күмбүрү»
<p><b>1. №8 «Кожек» ортангы тобы</b>                      9.00-9.15  <b>Шенбермен жүрү.</b>                      Макааты: Шенбер бойымен кол ұстасып жүрү, каркылды өзгөртө алдырып жүрү, багытты өзгөртө отырып жүрү, жүрүдөн жөтүртө алуусу, багдар бойында жүрү (күлемин бойы-мен, жипке дейин), кедердилерден аттан жүрү. Донтты капта аркылы домалыгуга үйрөтү. Коз молшерин дамыту және кол, илык, дене бүлпикеттерин ныгайту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Аякка арналган жаттыгуулар:                      үстэл, басты томен тээни колмен тээни бүтпн, аякты ипн, кээсктеп тээни бүтпн, аякты котеру;</p> <p><b>Негизги кимыл-козгалык жаттыгуулары:</b>                      1. Донтты капта аркылы домалыгу.                      2. Кос аяктап алга секирүди бекитү.</p>	<p><b>1. №8 «Кожек» ортангы тобы</b>                      9.00-9.15  <b>Тене-теңдик сактау жаттыгуулары.</b>                      Макааты: Тура жолмен, сызыктармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындыгы 2-2.5 м) жиптин бойымен, гимнастикалык скамейканын үстмен жүрү. Кимылды ойындар. Балаларды ересектермен бирге кимылдары жеңил, мазмуну карапайым кимылды ойындар ойнауга ынталандыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кол және нык белдеуине арналган жаттыгуулар:                      заттарды бир колдан екнши колдына салу, алдына, артка алару, басынан жотары котеру;</p> <p><b>Негизги кимыл-козгалык жаттыгуулары:</b>                      1. Кос аяктап алга карай секирү.</p>	<p><b>1. №9 «Балапан» ортангы тобы</b>                      9.00-9.15  <b>Тене-теңдик сактау жаттыгуулары.</b>                      Макааты: Тура жолмен, сызыктармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындыгы 2-2.5 м) жиптин бойымен, гимнастикалык скамейканын үстмен жүрү. Кимылды ойындар. Балаларды ересектермен бирге кимылдары жеңил, мазмуну карапайым кимылды ойындар ойнауга ынталандыру.</p> <p><b>Кол және нык белдеуине арналган жаттыгуулар:</b>                      заттарды бир колдан екнши колдына салу, алдына, артка алару, басынан жотары котеру;</p>	<p><b>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы</b>                      9.50-10.15  <b>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы</b>                      10.50-11.15  <b>Тене-теңдик сактау жаттыгуулары.</b>                      Макааты: Тура жолмен, сызыктармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындыгы 2-2.5 м) жиптин бойымен, гимнастикалык скамейканын үстмен жүрү. Кимылды ойындар. Балаларды ересектермен бирге кимылдары жеңил, мазмуну карапайым кимылды ойындар ойнауга ынталандыру.</p>	<p><b>1. №8 «Кожек» ортангы тобы</b>                      9.00-9.15  <b>2. №9 «Балапан» ортангы тобы</b>                      9.55-10.10  <b>Негизги кимылдар Жүрү.</b>                      Макааты: Пелатоттин артынан жүрү, жуптасып жүрү, шенбер бойымен кол ұстасып жүрү, каркылды өзгөртө отырып жүрү, багытты өзгөртө отырып жүрү, жүрүдөн жүтүртө алуусу, Енбектеу кезинде кол мен аяктын кимылдарын үйлестире билуге; котеринки (зат үстинде) тіреуде тене-тендик сактау. Берілген белгиге конд алдару, кимыл-козгалыкты белги бойынша орындау кабилеттерин жетидіру.</p> <p><b>Достык карым-катнашка</b></p>

<p>Алды азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық өңін: «Бөрі жасырмак» Жай жимылды ойын: «Күн мен түн» Кокпар» Корытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>2.3-4 тақшалардан аттап оту. Алды азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Тасымалдау» Кимылды ойын: «Төбеле доп куу» Жай жимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Корытынды: «Күстар канат қағалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 тақшалардан аттап оту. Алды азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Тасымалдау» Кимылды ойын: «Төбеле доп куу» Жай жимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Корытынды: «Күстар канат қағалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: Алға қарай еңкейіп, алақанды еденге тигізу; Алды азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Аксерек көксерек» Кимылды ойын: «Сокыр теке» Жай жимылды ойын: «Аншы» Корытынды: «Күстар канат қағалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>тәрбиелеу. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан өткізету. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ұлттық ойын: «Боран» Кимылды ойын: «Аққоян» Жай жимылды ойын: «Орынды тап» Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Жүру мақсаты: Әкпемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға), сапта бір-бірден жүруге үйрету Тене-тендікті сақтау мақсаты: қолдарды артуды қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өтуге үйрету. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю.</p>	<p>2. №9 «Бағанан» ортанғы тобы 9.25-9.40 Шенбермен жүру. Мақсаты: Шенбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүтіруге ауысу, бағдар бойынша жүру (кілемнің бойы-мен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүру. Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Көз мөлшерін дамыту және қол, иық, дене бұлшықеттерін нығайту. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмак» Кимылды ойын: «Күн мен түн» ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты</p>	<p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмак» Кимылды ойын: «Күн мен түн» ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар. құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Ұлттық ойын: «Аксерек</p>	<p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: Алға қарай еңкейіп, алақанды еденге тигізу; Алды азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Аксерек көксерек» Кимылды ойын: «Сокыр теке» Жай жимылды ойын: «Аншы» Корытынды: «Күстар канат қағалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>тәрбиелеу. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан өткізету. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ұлттық ойын: «Боран» Кимылды ойын: «Аққоян» Жай жимылды ойын: «Орынды тап» Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Жүру мақсаты: Әкпемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға), сапта бір-бірден жүруге үйрету Тене-тендікті сақтау мақсаты: қолдарды артуды қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өтуге үйрету. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю.</p>	<p>2. №9 «Бағанан» ортанғы тобы 9.25-9.40 Шенбермен жүру. Мақсаты: Шенбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүтіруге ауысу, бағдар бойынша жүру (кілемнің бойы-мен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүру. Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Көз мөлшерін дамыту және қол, иық, дене бұлшықеттерін нығайту. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмак» Кимылды ойын: «Күн мен түн» ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты</p>	<p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмак» Кимылды ойын: «Күн мен түн» ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар. құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Ұлттық ойын: «Аксерек</p>	<p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: Алға қарай еңкейіп, алақанды еденге тигізу; Алды азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Аксерек көксерек» Кимылды ойын: «Сокыр теке» Жай жимылды ойын: «Аншы» Корытынды: «Күстар канат қағалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>тәрбиелеу. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан өткізету. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ұлттық ойын: «Боран» Кимылды ойын: «Аққоян» Жай жимылды ойын: «Орынды тап» Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Жүру мақсаты: Әкпемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға), сапта бір-бірден жүруге үйрету Тене-тендікті сақтау мақсаты: қолдарды артуды қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өтуге үйрету. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю.</p>	<p>2. №9 «Бағанан» ортанғы тобы 9.25-9.40 Шенбермен жүру. Мақсаты: Шенбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүтіруге ауысу, бағдар бойынша жүру (кілемнің бойы-мен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүру. Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Көз мөлшерін дамыту және қол, иық, дене бұлшықеттерін нығайту. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмак» Кимылды ойын: «Күн мен түн» ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты</p>	<p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмак» Кимылды ойын: «Күн мен түн» ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар. құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Ұлттық ойын: «Аксерек</p>	<p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: Алға қарай еңкейіп, алақанды еденге тигізу; Алды азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Аксерек көксерек» Кимылды ойын: «Сокыр теке» Жай жимылды ойын: «Аншы» Корытынды: «Күстар канат қағалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>тәрбиелеу. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан өткізету. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ұлттық ойын: «Боран» Кимылды ойын: «Аққоян» Жай жимылды ойын: «Орынды тап» Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>

<p>Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Біртұтас тәрбие «Ұлттық ойын» «Көтермек» Кимылды ойын: «Ақ сандық көк сандық» Жай кимылды ойын: «Айдаһардың құйырғы» Қорытынды: Балаларды жапшы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Балаларды жалпақ табандылыққа үйрету. Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>
<p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Негізгі кимылдар Кимылды ойындар мақсаты: Ығта мен шығармашылық таптыта отырып, таныс кимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық кимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға үйрету. Дербес кимыл белсенділігі. ойын алаңында балалардың жүруіне арналған кедергі жолдар жасауға үйрету. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Отырып айна қарай еңкено, тізерлеп тұрып алға еңкено.</p>	<p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру мақсаты: Тарақтты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Өзін-өзі қызмет көрсету дағдылары мақсаты: Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою</p>	<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» дәурлық Салауатты өмір салтын қалыптастыр мақсаты: Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балаларды назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдірумақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол-аяғын жуу, тістерін мүкият тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл сүлгімен сүртіню.</p>
<p>Адал азамат Біртұтас тәрбие «Ұлттық ойын» «Көтермек» Кимылды ойын: «Ақ сандық көк сандық» Балаларды қызығушылықпен ойнауға үйрету. Жай кимылды ойын: «Айдаһардың құйырғы» мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Адал азамат Біртұтас тәрбие «Ұлттық ойын» «Атқума» Кимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» мақсаты: Балаларды рөлді ойнауға үйрету. Жай кимылды ойын: «Қарлығаш» мақсаты: Балаларды ыдыстарды жууға үйрету «Бөкс» тыныс алу жаттығуы</p>	

<p>4. №3 «Үлдер» арнайы мектепте дайы тобы 10.10-10.35 Еңбектеу, өрмелеу.  <b>Мақсаты:</b> 10-м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тұра бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен торттандалап еңбектеу; етпестімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектен оту. Гимнастикалық қабдыраға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап оту;  <b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар.  Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу.  <b>Ұлттық ойын:</b> «Атқума»  <b>Қимылды ойын:</b> «Аншылар мен қояндар»  <b>Жай қимылды ойын:</b> «Қарлығаш»  <b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу»  Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p><b>ЖДЖ:</b> Іштің бұшық еттеріне арналған жаттығулар: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынап жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады(5-6 рет);  <b>Адал азамат</b>  <b>Біртұтас тәрбие</b>  <b>Ұлттық ойын:</b> «Көтермек»  <b>Қимылды ойын:</b> «Ақ сандық көк сандық»  <b>Жай қимылды ойын:</b> «Айдаһардың құйырғы»  <b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» бауу әуен ырғағымен демалу.</p>	
--	---	--