

Тәрбиегеу - білім беру процесінің психологиясы

Мұсақалиев

Білім беру ұйымы: №41 «Нәзерке» Бөбекжай Балбақпашасы Ақтобе қаласы
 Балалардың жасы: 3-4 жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: 5-9 қант ар 2026 жыл 1-Апта
 Денешынықтыру жетекшісі: Итпикова Үлбана Балтабекқызы

<p align="center">Дүйсенбі 5.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>	<p align="center">Сейсенбі 6.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>	<p align="center">Бейсенбі 8.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>	<p align="center">Жұма 9.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Секіру мақсаты: Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіруге үйрету.</p> <p>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру мақсаты: Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша).</p> <p>Салтағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету.</p> <p>ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: отырғып құм салынған қашықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ»</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Жалпы дамытушы жаттығулар мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына аларып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашуға дамыту.</p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен).</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ» Қимылды ойын: «Кім басу» Жай қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бауу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.25-9.40</p> <p>Негізгі қимылдар</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</p> <p>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі мақсаты: Қимылды ойынның дамуына ықпал ететін әртүрлі құралдар мен спорттық жабдықтары бар органы құру. Балалардың құралдарымен қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруына жағдай жасау, олардың жарыстар ұйымдастыруға деген белсенділігін қолдау</p> <p>Садауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты: Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.55-10.10</p> <p>Негізгі қимылдар Ырғақтық жаттығулар мақсаты: Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындауға дамыту</p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және</p>

<p>Кимылды ойын: «Кім басу» Жай кимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бауау әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>Негізгі кимылдар Секіру мақсаты: Тұрған орнында көс аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылғып, күрсеудан күрсеуге, заттарды айналып және заттардың арасымен секіруге үйрету. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру мақсаты: Бірінші артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанында сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Сапқаты, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: отырып күм салынған қалшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ» Кимылды ойын: «Кім басу» Жай кимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бауау әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>мен денсаулығын ерекшеліктеріне аудару. Сапауатты өмір салтының манызды компоненттері: дұрыс тамақтану, кимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көгерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Арқан тарту» Кимылды ойын: «Түлкі қаздар» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Аңшы мен қоян» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жанжаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: алға созып, қолдарды отыру, тізені жартылай отыру, төмен қолмен ұстап, басты иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты домалат» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Негізгі кимылдар Жұру мақсаты: өкпемен, аяқтың сыртқы қырлымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қаламмен (оңға және солға), сапта бір-бірден жұру Тіс-теңдікті сақтау мақсаты: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жұру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жұру, Жүгіру мақсаты: аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналыдыра домалату. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Кимылды ойын: «Бақшада» Кимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат</p>	<p>Негізгі кимылдар Секіру мақсаты: Тұрған орнында көс аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылғып, күрсеудан күрсеуге, заттарды айналып және заттардың арасымен секіруге үйрету. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру мақсаты: Бірінші артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанында сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Сапқаты, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: отырып күм салынған қалшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ» Кимылды ойын: «Кім басу» Жай кимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бауау әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>мен денсаулығын ерекшеліктеріне аудару. Сапауатты өмір салтының манызды компоненттері: дұрыс тамақтану, кимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көгерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Арқан тарту» Кимылды ойын: «Түлкі қаздар» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Аңшы мен қоян» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жанжаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: алға созып, қолдарды отыру, тізені жартылай отыру, төмен қолмен ұстап, басты иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты домалат» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>
<p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Негізгі кимылдар Жалпы дамытушы жаттығулар мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. 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; қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналыдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналыдыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар.</p>	<p>Негізгі кимылдар Секіру мақсаты: Тұрған орнында көс аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылғып, күрсеудан күрсеуге, заттарды айналып және заттардың арасымен секіруге үйрету. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру мақсаты: Бірінші артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанында сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Сапқаты, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: отырып күм салынған қалшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ» Кимылды ойын: «Кім басу» Жай кимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бауау әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>мен денсаулығын ерекшеліктеріне аудару. Сапауатты өмір салтының манызды компоненттері: дұрыс тамақтану, кимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көгерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Арқан тарту» Кимылды ойын: «Түлкі қаздар» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Аңшы мен қоян» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жанжаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: алға созып, қолдарды отыру, тізені жартылай отыру, төмен қолмен ұстап, басты иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты домалат» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>

<p>кағалды, тыныс алу жаттығуы.</p> <p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00</p> <p>Негізгі қимылдар Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ зағтарды жылжыту.</p> <p>Спорттық жаттығулар мақсаты: Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанау, оны қақпаға кіргізу.</p> <p>ЖДЖ: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру: сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Әуе таяқ» Қимылды ойын: «Күн мен түн» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Аққоян» Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан зағты бір қолдан екінші қолға беру.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Қимылды ойын: «Допты домалат» Жай қимылды ойын: «Доп куу» Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35</p> <p>Негізгі қимылдар Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ зағтарды жылжыту.</p> <p>Спорттық жаттығулар мақсаты: Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанау, оны қақпаға кіргізу.</p> <p>ЖДЖ: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру: сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Әуе таяқ» Қимылды ойын: «Күн мен түн» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Аққоян» Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>
---	---

Мурсалиев

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №41 «Лазарко» бөбекжай бағабалқасы Ақтобе қаласы
 Жоспардың құрылу кезеңі: 12-16 қаңтар 2026 жыл III-Апта
 Денешынықтыру жетекшісі: Игілікова Гүлбану Балтабекқызы

<p>Дүйсенбі 12.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Сейсенбі 13.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Сәрсенбі 14.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Бейсенбі 15.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Жұда 16.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p>Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүтіп, аяқты көтеру; отырғыш құм салынған қашықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы кадаммен жүруге үйрету</p> <p>Қимылды ойындар мақсаты: Қимылды ойындарға баулу, бағаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеністікті бағдарлауға, «жүттір», «ұста», «түр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Дербес қимыл белсенділігі мақсаты: Қимылдарды орындауда бағалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, 32шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Хан алшы» Қимылды ойын: «Қаздар» Қимылды ойын: «Қаздар» Қорытынды: «Допты Ұрысу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>2. №9 «Бағалан» ортанғы тобы 9.25-9.40</p> <p>Негізгі қимылдар Аяққа арналған жаттығулар мақсаты:</p>	<p>1. №9 «Бағалан» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Дербес қимыл белсенділігі мақсаты: Қимылдарды орындауда бағалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, 32 шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Хан алшы» Қимылды ойын:</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</p> <p>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты: Су температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, бағалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының эсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Бағалан» ортанғы тобы 9.55-10.10</p> <p>Негізгі қимылдар Спорттық жаттығулар мақсаты: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; Бйік емес төбеде сырғанау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Хан алшы» Қимылды ойын: «Қаздар» Қимылды ойын: «Қаздар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бауу әуен ырғағымен демалу.</p>

<p>Өзгерте отырып, ойылдарға күрделі ережелерді енгізу. Кимылды ойындарды ойнату. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Сақина жасыру» Кимылды ойын: «Қасқыр қақпан» Жай кимылды ойын: «Айтөлөк» Қорытынды: Балаларды жалшы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>аяқты ұшына көтерілу, аяқты аша қарап қойып, аяқты жан-жаққа, артқа қойып, қолдарды алға созып, жартылай отыра, тізені қолмен ұстап, басқа төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. таяқтың бітімшеңінің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүруге үйрету Кимылды ойындар мақсаты: Кимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, кимылдарды үйлестіруге, кеністікті бағдарлауға, «жүгіру», «ұстау», «тұр» белгілеріне сәйкес ерекет етуге үйрету, кимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Кимылды ойындарды ойнату. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Сақина жасыру» Кимылды ойын: «Қасқыр қақпан» Жай кимылды ойын: «Айтөлөк» Қорытынды: Балаларды жалшы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>«Қаздар» Кимылды ойын: «Қаздар» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. 2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Негізгі кимылдар Дербес кимыл Белсенділігі мақсаты: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Арқан тарту» Кимылды ойын: «Гүлкі қаздар» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Аншы мен қоян» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>температураны сүмен шайыну, тандертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және оқшапкерді нығайту Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Қарақұлақ» Кимылды ойын: «Аққу қаздар» Қыс мезгілінің ойын картотекасы: «Біз көңілді баламыз» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бау әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>«Денені еркін ұста» Бау әуен ырғағымен демалу.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Негізгі кимылдар Спорттық жаттығулар мақсаты: Шанғы мен жүру: шанғымен бірінін артынан бірі жүру; ересектердің көмегімен шанғыны киіп, шешу Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Әуе таяқ» Кимылды ойын: «Күн мен түн» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Аққоян» Қорытынды: Балаларды жалшы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Кимылды ойындар Кимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Тыныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылық, дербестік танытуға баулу. Адал азамат</p>	<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айтөлөк» даярлық тобы 10.50-11.15</p>		

<p>Мәдени-гигиеналык дағдыларды жетілдіру максаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін колдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақытау, қол-аяғын жуу, тістерін мүжіят тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымкыл сүлгімен сүртіну.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Орамал тастамақ» Кимылды ойын: «Ақ сандык көк сандык» Қыс мезгілінің ойын картотекасы: «Суык койлар» Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау</p>	<p>Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Сокыртыс» Кимылды ойын: «Көп-төк» Қыс мезгілі ойын картотекасы: «Ортага түспек» Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Негізгі кимылдар Мәдени-гигиеналык дағдыларды жетілдіру максаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін колдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол-аяғын жуу, тістерін мүжіят тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымкыл сүлгімен сүртіну.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Орамал тастамақ» Кимылды ойын: «Ақ сандык көк сандык» Қыс мезгілінің ойын картотекасы: «Суык койлар» Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау</p>	<p>Негізгі кимылдар Сауықтыру-шынықтыру шаралары: максаты: Су температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу денгейін ескеріп, карама-қарсы темпратурадағы сумен шайыну, тансертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және өкшелерді нығайту</p> <p>Ұлттық ойын: «Гүлкі мен балаландар» Кимылды ойын: «Ит пен қоян» Қыс мезгілінің ойын картотекасы: «Үйсіз қалған қоян» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	
--	---	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің пиктограммасы

Білім беру ұйымы: №41 «Нәзеркө» бөбекжай бағабалқашасы Ақтөбе қаласы
 Балалардың жасы: 3-4 жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: 19-23 қаңтар 2026 жыл IV-Аппа
 Денсаушылықтыру жетекшісі: Мтілкіова Гүлбану Балтабекқызы

<p align="center">Дүйсенбі 19.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Сейсенбі 20.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Сәрсенбі 21.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Бейсенбі 22.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Жұма 23.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ергенгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру мақсаты: Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, танертен және кешке пісті тазалау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау; белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі оқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру мақсаты: Сөзім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың атқалағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсақ заттарды құлаққа, мұрынға тықшау).</p> <p>Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту мақсаты: ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру. Адамның денсаулығына пайдалы (көгерістер, жемістер, сүт өнімдері) және зиянды тағамдар (тәттілер, бәліштер, тәтті газдалған сусындар) туралы баспақы түсініктерді қалыптастыру. Дене белсенділігі (танертенгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының пайдасы туралы түсінік қалыптастыру.</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру мақсаты: Сөзім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың атқалағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсақ заттарды құлаққа, мұрынға тықшау).</p> <p>Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту мақсаты: ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру. Адамның денсаулығына пайдалы (көгерістер, жемістер, сүт өнімдері) және зиянды тағамдар (тәттілер, бәліштер, тәтті газдалған сусындар) туралы</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</p> <p>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</p> <p>Негізгі қимылдар Секіру мақсаты: бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (аракашықтықтың ы 40 сантиметр), алға айналыра отырып, ұзын және қысқа секірішпен секіру, он және сол аяқты алмастыра</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.55-10.10</p> <p>Негізгі қимылдар Саулықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты: Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды</p>

<p>Бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орныммен қолдануға баулу.</p> <p>Ұлттық ойын: «Әуе таяқ»</p> <p>Кимылды ойын: «Күн мен түн»</p> <p>«Аққоян»</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Адал азамат</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Соқыртеке»</p> <p>Кимылды ойын: «Көгі-төк»</p> <p>«Ортаға түспек»</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» бағу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>Бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Дене болесінділігі (танертенгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және кимылды ойындар) мен ұйқының пайдасы туралы түсінік қалыптастыру.</p>	<p>отырдыл, арқаннан, сызықтан секіру, тұрған орнында айналып секіру;</p> <p>Даяқтыру, домалату, қағып алу мақсаты:</p> <p>2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты, асықты даяқтыру, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 метр) басынан асыра бақтыру.</p> <p>Арқаға арналған жаттығулар: отырдып алға, арқа енжею (5-6 рет);</p>	<p>ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қабілетін шынықтыру.</p> <p>Шынықтыру артыру. Шынықтыру шараларын жүргізу де балалардың денсаулық жағдайын секере жақсартып, жеке тәсілді жүзеге асыру.</p> <p>Шынықтыру шараларын жүргізу, жаттығулар мен массаж жасау. Күн тәртібіне сәйкес балалардың күндізсілікті таза ауада болуын қамтамасыз ету.</p> <p>Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55</p> <p>Негізгі кимылдар:</p> <p>Салғауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты:</p> <p>Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы ролі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатынын туралы түсінік беру.</p> <p>ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды алға созып, сауақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру.</p> <p>Адал азамат</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Орамал тағстамак»</p> <p>Кимылды ойын: «Ақ сандық көк сандық»</p>	<p>2. №9 «Балапан» органы тобы 9.25-9.40</p> <p>Негізгі кимылдар</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру мақсаты:</p> <p>Күндізсілікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, танертен және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау; белгілі реттіліктен кінәтуе және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі ошқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орныммен қолдануға баулу.</p> <p>Ұлттық ойын: «Әуе таяқ»</p> <p>Кимылды ойын: «Күн мен түн»</p> <p>«Аққоян»</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05</p> <p>Негізгі кимылдар</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру мақсаты: Балаларды</p>	<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40</p> <p>Негізгі кимылдар</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше кінәтуе мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру.</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары</p> <p>мақсаты: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу.</p> <p>ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар.</p> <p>Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру.</p> <p>Адал азамат</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Қарақұлақ»</p> <p>Кимылды ойын: «Аққу қаздар»</p>	<p>Асықты даяқтыру, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 метр) басынан асыра бақтыру.</p> <p>Арқаға арналған жаттығулар: отырдып алға, арқа енжею (5-6 рет);</p> <p>Адал азамат</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Асау мәстек»</p> <p>Кимылды ойын: «Қу түлкі»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Айгөлек»</p> <p>Қорытынды:</p>	<p>арқаннан, сызықтан секіру, тұрған орнында айналып секіру;</p> <p>Даяқтыру, домалату, қағып алу мақсаты:</p> <p>2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты, асықты даяқтыру, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 метр) басынан асыра бақтыру.</p> <p>Арқаға арналған жаттығулар: отырдып алға, арқа енжею (5-6 рет);</p> <p>Адал азамат</p> <p>Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Асау мәстек»</p> <p>Кимылды ойын: «Қу түлкі»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Айгөлек»</p> <p>Қорытынды:</p>

<p>«Сұлық қойндар» Қорытынды: Балағаларды жалғыз марақтанду. Тыныс алу жаттығуын жасау. 3. №2 «Айгөлек» Мектепалды тобы 10.35-11.00 Негізгі қимылдар Жүру мақсаты: бөлігі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру; қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, артүрлі қарқынды секірілістен аттан жүру; Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: арқан бойымен бір қырлымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанта, аяқ ұшын еденге қою) жүру ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кезек жоғары-артқа көтеру Ұлттық ойын: «Боран» Қимылды ойын: «Доп кімде» Жай қимылды ойын: «Доп куу» Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>ұрыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қалағандайды әдетке айналдыруға баулу. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан зағты бір қолдан екінші қолға бору. Ұлттық ойын: «Түлкі мен балапандар» Қимылды ойын: «Игі пен қоян» «Үйсіз қалған қоян» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. 4. №3 «Түлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Негізгі қимылдар Жүру мақсаты: бөлігі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру, қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, артүрлі қарқынды секірілістен аттан жүру; Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: арқан бойымен бір қырлымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанта, аяқ ұшын еденге қою) жүру ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.Қолды кезек жоғары-артқа көтеру Ұлттық ойын: «Боран» Қимылды ойын: «Доп кімде» Жай қимылды ойын: «Доп куу» Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>«Біз келіміз» баламалы» Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. 3. №3 «Түлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15 Негізгі қимылдар Жүгіру мақсаты: кедергілерден өту арқылы артүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; Еңбектеу, өрмелеу мақсаты: гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Алға еңкейіп, алақанын еденге тигізу. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Түйілген орамал» Қимылды ойын: «Қазан доп» Жай қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>
--	--	--	-------------------------------------

Тәрбиелену - білім беру процессінің психологиясы

Білім беру ұйымы: Мәді «Нәзеркес» бөбекжай баллабақшасы Ақтөбе қаласы
 Балалардың жасы: 3-4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 2026 жыл IV-Анда
Денсаулықтың жетекшісі: Нұрғалиева Дүлбару Балтабаққызы

<p align="center">Дүйсенбі 26.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Сейсенбі 27.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Сәрсенбі 28.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Бейсенбі 29.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Жұма 30.01.2026ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортаның тобы 9.00-9.15</p> <p>Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. Мақсаты: Балаларды барлық ролмен жүргізе, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан иттеп өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаның тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар: Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мақсаты: Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, танертен және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта).</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шенбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Аққала» Мақсаты: Балалардың қысы ойындарға деген қызығушылығын дамыту. Қардан аққала соғып,</p>	<p>1. №9 «Баланап» ортаның тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар: Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мақсаты: Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, танертен және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта).</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>1. №3 «Тұлдар» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</p> <p>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</p> <p>Секіру мақсаты: бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру, екі тізенің арасына қашықтық қысып алып, түзу бағытта (аракашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіруге үйрету. ЖДЖ: Арқаста арналған жаттығулар: Стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаның тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Баланап» ортаның тобы 9.55-10.10</p> <p>Сауықтыру- нынықтыру шаралары. Мақсаты: Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар:</p>

<p>Немесе таяқтан аттап өту. Ойын: «Төбеде доп қуу» Мақсаты: Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Әр топтың ойыншылары бірінші артына екуден саяқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдында болады. Команда бірінен бірі 3-4 метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады ал, оны екі қолымен төбелеріне көтеріп бастандар деген командасы боойынша олар допты басынан асыра артындары ойыншыға, осы әдіспен келесі ойыншыға береді</p>	<p>қар қамалдар тұрғызуға болатынын үйрету. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау</p> <p>2. №9 «Балағана» ортанғы тобы 9.25-9.40 Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. Мақсаты: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шалаықтау.</p>	<p>1. Біркәліпті жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Аққала» Мақсаты: Балалардың қысы ойындарға деген қызығушылығын дамыту. Қардан аққала соғып, қар қамалдар тұрғызуға болатынын үйрету. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау</p>	<p>1. Допты қаяқта арқалы домалату. 2. Қос аяқтан алға секіруді оқыту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Аударыспақ» Кимылды ойын: «Ортаға түспек» Мақсаты: Балаларды секіруге үйрету.</p>	<p>аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай көю, аяқты жан-жаққа, артқа аяқты жан-жаққа, артқа қою, қолдарды алға созып, жарғылай отыру, тізбені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізбені бүтіп, аяқты көтеру. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Алақан мен тізеге тізеге бағытта еңбектеу. Ойын: «Қояным, қояным тұршы!» Мақсаты: Балалар денеленіп қол ұстаып тұрады, ортада бір бала қоян болады. Балалар барлығы біресе қоянды оятуға тырысады.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Жүру мақсаты: Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірін қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүруге үйрету тұралы түсінік беру. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың бүйектерін айналдыру. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен</p>	<p>таяқтан аттап өту. Ойын: «Төбеде доп қуу» Мақсаты: Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Әр топтың ойыншылары бірінші артына екуден саяқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдында болады. Команда бірінен бірі 3-4 метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады ал, оны екі қолымен төбелеріне көтеріп бастандар деген командасы боойынша олар допты басынан асыра артындағы ойыншыға, осы әдіспен келесі ойыншыға береді.</p>	<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Жүгіру мақсаты: Біркәліпті, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінші соңынан бөлініп және бүкіл топпен жүгіруге үйрету ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Аударыспақ» Кимылды ойын: «Ортаға</p>	<p>1. Ұзындығы 2-2,5 метр) жіптің бойымен,</p>	

<p>немесе таялған аттан өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан соқпақ» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Мақсаты: Балаларды әртүрлі бағытта жүруге үйрету.</p>	<p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Жүру мақсаты: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүруге үйрету. Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: заттардан аттап жүру, шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруге үйрету. ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: Алақан соқпақ» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Мақсаты: Балаларды тепе-теңдікті сақтауға үйрету.</p>	<p>тұмнасттықалық скамейканың үстімен жүріп, заттарға шығуға (тұмнасттықалық скамейкаға, жадмсақ модульге) үйрету. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Біркәлыпты жүгіру, шашырал, берілген бағытта, әртүрлі қаржынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Сақина жасыру» Қимылды ойын: «Қасқыр қақпан»</p>	<p>4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Жүру мақсаты: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүруге үйрету. Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: заттардан аттап жүру, шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруге үйрету. ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: Алақан соқпақ» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Мақсаты: Балаларды тепе-теңдікті сақтауға үйрету.</p>
			<p>түспен» Мақсаты: Балаларды жүгіруге жәй жүгіріске үйрету</p>
			<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» дамдық Жүгіру мақсаты: шашырал, жүспен, қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіруге үйрету. Еңбектеу, ормелеу мақсаты: жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жылданша» тәртіптен еңбектеу, келергілер арасынан еңбектеуге үйрету. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Алға еңкейіп, алақанын еденге тигізу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Сақина жасыру» Қимылды ойын: «Қасқыр қақпан» Мақсаты: Балаларды жүспен жүруге үйрету.</p>