

№1 педагогикалық кеңестің  
шешімінде қабылданды

  
(күні, айы, жылы)

БЕКІТЕМІН

№8 «Күншіуак» бөбекжай-балабақшасы

МККК менеджері

Ж.Саутбекова

\_\_\_\_\_ 2025ж.



**МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ТӘРБИЕ МЕН ОҚЫТУДЫҢ  
ҮЛГІЛІК ОҚУ ЖОСПАРЫ ЖӘНЕ МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ТӘРБИЕ МЕН ОҚЫТУДЫҢ  
ҮЛГІЛІК ОҚУ БАҒДАРЛАМАСЫ НЕГІЗІНДЕ  
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ НҮСҚАУШЫСЫНЫҢ 2025-2026 ОҚУ ЖЫЛЫНА  
КІШІ «БӨБЕК» ТОБЫНА АРНАЛҒАН  
ҰЙЫМДАСТЫРЫЛҒАН ІС-ӘРЕКЕТІНІҢ ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Шайдолдаев К.Ж

**Дене тәрбиесі нұсқаушысының 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің  
перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b>  Эртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын эртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b>  Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 сантиметр, ұзындығы 2-2,5 метр) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру.</p> <p><b>Жүгіру.</b>  Бір қалыпты, шашырап, берілген бағытта, эртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша жүгіру.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b>  Шектеулі жазықтың, көлбеу тақтайдың бойымен, доғаның, гимнастикалық скамейканың астынан, эртүрлі заттардың: астынан еңбектеу.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b>  Екі қолмен, эртүрлі тәсілдермен эртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру.</p> <p><b>Секіру.</b>  Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге, алға қарай ұмтыла қос аяқпен затқа дейін (10-15 сантиметр) секіруге бейімдеу.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b>  Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған</p>

	<p>жаттығулар.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету.</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b> Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, қимыл белсенділігіне жағымды эмоция білдіруге, баулу.</p> <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b> Ересектің бақылауымен бетін, қолдарын ластанған кезде және тамақтың алдында өз бетінше жуу, беті мен қолын жеке орамалмен құрғатып сүрту, ересектің көмегімен өзін ретке келтіру.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b> Жыл бойы медицина қызметкерінің жетекшілігімен балалардың денсаулығы мен жергілікті жағдайлар ескеріліп, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>
--	--

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: қазан айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b> Аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге) тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсу: заттардан (биіктігі 10-15 сантиметр) құрсаудан құрсауға аттап өту.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b> Отырып және тұрып, түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, доптарды бір-біріне домалату.</p> <p><b>Секіру.</b> 10-15 сантиметр биіктіктен секіруге, еденде жатқан секіргіштен, лентадан (қатар қойылған 2 арқаннан) аттап секіруге үйрету.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жаққа жазу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегіңсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету.</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b></p>

		<p>Бұрын меңгерген қимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу.</p> <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b></p> <p>Жеке заттарды қолдану (қол орамал, майлық, орамал, тарақ, түбек), киіміндегі олқылықты байқау және оны өз бетінше, ересектердің көмегімен ретке келтіру, белгілі бір ретпен киіну және шешіну, әртүрлі ілгектерді қолдана білу.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p>Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p>
--	--	---

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: қараша айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қараша	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b> <b>Жүру.</b> Белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. <b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Тақтайдың үстімен 20 сантиметр арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу. <b>Жүгіру.</b> Бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінді жүруге. <b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу. <b>Домалату, лақтыру.</b> Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға лақтыру. <b>Секіру.</b> Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге, алға қарай ұмтыла қос аяқпен затқа дейін (10-15 сантиметр) <b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бүгу және ашу. <b>Қимылды ойындар.</b> Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбаңдап жүру). <b>Спорттық жаттығулар.</b> Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. <b>Дербес қимыл белсенділігі.</b> Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, қимыл</p>

	<p>белсенділігіне жағымды эмоция білдіруге,баулу.</p> <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b></p> <p>Ұйықтар алдында киімдерін шкафқа немесе орындыққа ұқыпты бүктеп қою.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p>Серуенде қимылды ойындарға қатысуға және жаттығуларды орындауға қызығушылық пен ықылас танытуға баулу.</p>
--	--

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: желтоқсан айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b> Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, лентаның бойымен жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 сантиметр, ұзындығы 2-2,5 метр) жіптің бойымен скамейканың үстімен жүру.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, жүгіру.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Шектеулі жазықтың, көлбеу тақтайдың бойымен, доғаның, гимнастикалық скамейканың астынан, арасынан өрмелеп өту.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b> Отырып және тұрып, түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, домалату.</p> <p><b>Секіру.</b> 10-15 сантиметр биіктіктен секіруге, еденде жатқан секіргіштен, лентадан (қатар қойылған 2 арқан) үйрету.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Арқаның бұлшық еттерін және омыртқаның иілгіштік қасиетін дамытуға және нығайтуға арналған.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету.</p>

		<p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b> Бұрын меңгерген қимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу.</p> <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b> Үстел басындағы мәдениеттің қарапайым дағдыларын қалыптастыру: нанды үгітпеу, тамақты ауыл тамақ ішкенде сөйлемей, үстел басында дұрыс отыру.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b> Шынықтыру шараларын өткізу кезінде балалардың денсаулық жағдайын ескеріп, жеке тәсілді жүзеге асыру.</p>
--	--	---

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: қаңтар айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b> Аяқтың ұшымен шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге): тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсіру (биіктігі 10-15 сантиметр): құрсаудан құрсауға аттап өту.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Токтап, бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b> Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға лақтыру.</p> <p><b>Секіру.</b> Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге, алға қарай ұмтыла қос аяқпен затқа дейін (10-15 сантиметр) секіруге.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Жанында тұрған (отырған) адамға қолындағы заттарды беріп, оңға-солға бұрылу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, домалату) жетілдіру.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінен тыс ересектердің көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету.</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b> Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, қимыл белсенділігіне жағымды эмоция білдіруге, баулу.</p>

		<p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b> Ересектің бақылауымен бетін, қолдарын ластанған кезде және тамақтың алдында өз бетінше жуу, орамалмен құрғатып сүрту, ересектің көмегімен өзін ретке келтіру.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b> Жыл бойы медицина қызметкерінің жетекшілігімен балалардың денсаулығы мен жергілікті жағдай табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>
--	--	--

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: ақпан айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b> <b>Жүру.</b> Белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Тақтайдың үстімен 20 сантиметр арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан) айналу.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісімен жүру.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b> Отырып және тұрып, түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, допты лақтыру.</p> <p><b>Секіру.</b> 10-15 сантиметр биіктіктен секіруге, еденде жатқан секіргіштен, лентадан (қатар қойылған 2 арқанмен) секіруге үйрету.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Алға және екі жаққа еңкею. Еденде отырып, аяқтарды кезекпен бұғу және жазу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбаңдап жүру).</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b> Бұрын меңгерген қимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу.</p>

		<p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b> Жеке заттарды қолдану (қол орамал, майлық, орамал, тарақ, түбек), киіміндегі олқылықты байқау, белгілі бір ретпен киіну және шешіну, әртүрлі ілгектерді қолдана білу.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b> Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p>
--	--	---

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: наурыз айы, 2025 - 2026 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b> Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірімен қолдарынан ұстап жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 сантиметр, ұзындығы 2-2,5 метр) жіптің бойымен скамейканың үстімен жүру.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Шектеулі жазықтың, көлбеу тақтайдың бойымен, доғаның, гимнастикалық скамейканың астынан астымен өрмелеу.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b> Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанға лақтыру.</p> <p><b>Секіру.</b> Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге, алға қарай ұмтыла қос аяқпен затқа дейін (10-15 сантиметр) секіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Шалқасынан жатқан қалыпта аяқтарын көтеру және түсіру.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға баулау.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен тасу.</p>

		<p>сырғанатуға үйрету.</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b></p> <p>Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, қимыл белсенділігіне жағым</p> <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b></p> <p>Ұйықтар алдында киімдерін шкафқа немесе орындыққа ұқыпты бүктеп қою.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p>Серуенде қимылды ойындарға қатысуға және жаттығуларды орындауға қызығушылық пен ықылас танытуға баулу.</p>
--	--	---

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: сәуір айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Сәуір	Дене тәрбиесі	<p><b>Негізгі қимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b> Аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге) тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсу (10-15 сантиметр): құрсаудан құрсауға аттап өту.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Тоқтап, бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру;</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b> Отырып және тұрып, түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, домалату.</p> <p><b>Секіру.</b> 10-15 сантиметр биіктіктен секіруге, еденде жатқан секіргіштен, лентадан (қатар қойылған 2 арқа) секіруге үйрету.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Тізерлеп тұрып, өкшеге отыру және тұру. Іштің және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегімен</p>

		<p>көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b></p> <p>Бұрын меңгерген қимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу.</p> <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b></p> <p>Үстел басындағы мәдениеттің қарапайым дағдыларын қалыптастыру: нанды үгітпеу, тамақты ауырмай тамақ ішкенде сөйлемеу, үстел басында дұрыс отыру.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p>Шынықтыру шараларын өткізу кезінде балалардың денсаулық жағдайын ескеріп, жеке тәсілді жүзеге асыру.</p>
--	--	---

Білім беру ұйымы: №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы МКҚК

Топ: кіші «Бөбек» тобы

Балалардың жасы: 2 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: мамыр айы, 2025 - 2026 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене шынықтыру	<p><b>Негізгі қимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b> Белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.</p> <p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b> Тақтайдың үстімен 20 сантиметр арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b> Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу.</p> <p><b>Домалату, лақтыру.</b> Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру.</p> <p><b>Секіру.</b> Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге, алға қарай ұмтыла қос аяқпен затқа дейін (10-15 сантиметр) секіруге, үйрету.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Орнында жүру. Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бұту. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға қою. Аяқтың бақайларын қимылдату (отырып).</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге</p>

		<p>үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбаңдап жүру).</p> <p><b>Спорттық жаттығулар.</b> Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі.</b> Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, қимыл белсенділігіне жағымды эмоция білдіруге, баулу.</p> <p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b> Ересектің бақылауымен бетін, қолдарын ластанған кезде және тамақтың алдында өз бетінше жуу, беті мен қолын жеке орамалмен құрғатып сүрту, ересектің көмегімен өзін ретке келтіру.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b> Жыл бойы медицина қызметкерінің жетекшілігімен балалардың денсаулығы мен жергілікті жағдайлар ескеріліп, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>
--	--	--