

Маскелет
Түзө

Тәрбиелеу - билим берүү процесинин психологиясы

Билим берүү уйымы: №41 «Назерке» бөбөкөжөй балтабакшасы Актобе каласы
 Балалардын жашы: 3-4-5жас
 Жоспардын куралдуу кезеңи: 6-10 сәуір 2026 жыл II - Апта
 Денешыныктыгуу жетекши: Игликова Гулбану Балтабеккызы

<p>Дүйсөнбү 6.04.2026ж</p>	<p>Сейсенбү 7.04.2026ж</p>	<p>Сарсенбү 8.04.2026ж</p>	<p>Бейсенбү 9.04.2026ж</p>	<p>Жума 10.04.2026ж</p>
<p>Ертеңгилік жаттыгуулар «Күй күмбүрі»</p>	<p>Ертеңгилік жаттыгуулар «Күй күмбүрі»</p>	<p>Ертеңгилік жаттыгуулар «Күй күмбүрі»</p>	<p>Ертеңгилік жаттыгуулар «Күй күмбүрі»</p>	<p>Ертеңгилік жаттыгуулар «Күй күмбүрі»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортангы тобы 9.00-9.15 Садауатты өмір салты дағдыларын калыптастыру. Мақсаты: Денсаулыктын күндүзү тууралы түсінікті дамыту; ауырмауға денсаулыкты сактауға ынгаландыру, " садауатты өмір салты" және оны ұстану тууралы алгашкы түсініктер берү. ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгуулар: аякты бүтү және созу (бирге және кезекпен), шалкасынан жаткан калыптан бұрылып, етпетинен жату және керісінше, ыыктарды жоғары көтөріп, колды жан-жакка созып енкею (етпетинен жаткан калыпта). Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгуулары: 1. Дотты какта аркылы домалату.</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортангы тобы 9.00-9.15 Спорттык жаттыгуулар. Велосипед тебү. Үш дөңгөлөктү велосипедті тура, шенбер бойымен, онга және солга бұрылып тебү. ЖДЖ: Аякка арналган жаттыгуулар: аяктын ұшына көтөрілү, аякты алга карай кою, аякты жан-жакка, артка кою. Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгуулары: 1. Кос аяктап алга карай секіру. 2.3-4 таякшалардан аттап өту. Адал азамат Біртүтас тәрбие Ойын: «Түсті автокөлүктер» Мақсаты: Балалардын дене кимылдарын, бұлшык еттерин жетілдіру. Корытынды: «Денені эркин ұста» баяу әуен ырғагымен демалу.</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортангы тобы 9.00-9.15 Спорттык жаттыгуулар. Велосипед тебү. Үш дөңгөлөктү велосипедті тура, шенбер бойымен, онга және солга бұрылып тебү. ЖДЖ: Аякка арналган жаттыгуулар: аяктын ұшына көтөрілү, аякты алга карай кою, аякты жан-жакка, артка кою. Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгуулары: 1. Кос аяктап алга карай секіру. 2.3-4 таякшалардан аттап өту. Адал азамат Біртүтас тәрбие Ойын: «Түрлі түсті автокөлүктер» Мақсаты: Балалардын дене кимылдарын, бұлшык еттерин жетілдіру. Корытынды: «Денені эркин</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Спорттык ойындар мақсаты: Футбол элементтери. Берилген багытка дотты он және сол аякпен тебү. Дотты заттарды айналдыра жүргүзү. Дотты кактага тебү. Дотты бирнеше рет аякпен кабырғага тебүгө үйрөтү. Колдын күшін жетілдіруге арналган жаттыгуулар. гимнастикалык кабырғада колдарымен тартылып тұрып, аяктарын көтөрү (5-6 рет). Негізгі кимыл-козгалыс</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортангы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Балапан» ортангы тобы 9.55-10.10 Спорттык жаттыгуулар. Велосипед тебү. Үш дөңгөлөктү велосипедті тура, шенбер бойымен, онга және солга бұрылып тебү. ЖДЖ: Кол және ыык белдеуіне арналган жаттыгуулар: колды алга, жан-жакка созу, алакандарын жоғары карату, колды көтөрү, түсіру, саусактарды козгалту, кол саусактарын жұму және ашу. Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгуулары: 1. Бирнеше дога астынан енбектеу. 2. Дотты какпа аркылы</p>

<p>2. Кос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Маған қарай еңбекте»</p> <p>Мақсаты: Балаларды ептілікке тәрбиелеу.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>туралы түсінікті дамыту, ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, "садауатты өмір салты" және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бүту және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; нықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта).</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допты қақта арқилы домалату. 2. Кос аяқтап алға секіруді бекіту. <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Маған қарай еңбекте»</p> <p>Мақсаты: Балаларды ептілікке тәрбиелеу.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>ұста» бағу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40</p> <p>Қимылды ойындар мақсаты:</p> <p>Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу.</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі мақсаты: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар.</p> <p>Түрегіліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допты қақта арқилы домалату. 2. Кос аяқтап алға секіруді бекіту. <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ақсерек көксерек»</p> <p>Қимылды ойын: «Соқыр</p>	<p>жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допты қақта арқилы домалату. 2. Кос аяқтап алға секіруді бекіту. <p>Адал азамат Ұлттық ойын:</p> <p>«Ақсерек көксерек»</p> <p>Қимылды ойын: «Соқыр теке»</p> <p>Мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p>	<p>домалатуды қайталау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Допқа дейін жеткіз»</p> <p>Мақсаты: Балалардың қимыл қозғалыстарын арттыру.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» бағу әуен ырғағымен демалу.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55</p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты: Тізерлеп отырып, допты өзіннен айналдыра домалату.</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар мақсаты. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру.</p> <p>Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру;</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допты қақта арқилы домалату. 2. Кос аяқтап алға секіруді бекіту. <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p>	<p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05</p> <p>Спорттық жаттығулар мақсаты</p> <p>Велосипед тебу: екі немесе үш денгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар.</p> <p>Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаяу, екі аяқты кезек бүту және жазу, көтеру және түсіру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>Дербес қимыл белсенділігі мақсаты: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар.</p> <p>Түрегіліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допты қақта арқилы домалату. 2. Кос аяқтап алға секіруді бекіту. <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ақсерек көксерек»</p> <p>Қимылды ойын: «Соқыр</p>	<p>домалатуды қайталау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Допқа дейін жеткіз»</p> <p>Мақсаты: Балалардың қимыл қозғалыстарын арттыру.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» бағу әуен ырғағымен демалу.</p>	

<p>Ұлттық ойын: «Көтермек» Қимылды ойын: «Ақ сандық көк сандық» Мақсаты: Балаларды ептілікке үйрету.</p> <p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Арқаға арналған жаттығулар мақсаты: Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеуге үйрету (3 метр). ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Саусақтарды айкастырып, алға-жотары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Көтермек» Қимылды ойын: «Ақсандық көксандық» Мақсаты: Балаларды тез қозғалысқа үйрету.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Атқума» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйрету.</p> <p>4. №3 «Түлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Арқаға арналған жаттығулар мақсаты: Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеуге үйрету (3 метр). ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: Саусақтарды айкастырып, алға-жотары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Көтермек» Қимылды ойын: «Ақсандық көксандық» Мақсаты: Балаларды тез қозғалысқа үйрету.</p>	<p>теке» Мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p> <p>3. №3 «Түлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» даярлық жаттығулар. Аяққа арналған жаттығулар мақсаты:аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжытуға үйрету ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Артқы жағынан қолды айкастырып көтеру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Дөпті қақта арқалы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Атқума» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйрету.</p>	
--	--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №41 «Назерке» бөбекжай бағдарбақшасы Ақтөбе қаласы

Бағалардың жасы: 3-4-5жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 13-17 сәуір 2026 жыл III -Апта

Денешынықтыру жетекшісі: Игілікова Гулбану Балтабекқызы

*Мәселісіз
Февр.*

Дүйсенбі 13.04.2026ж	Сейсенбі 14.04.2026ж	Сәрсенбі 15.04.2026ж	Бейсенбі 16.04.2026ж	Жұма 17.04.2026ж
<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>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Жұру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта тошпен жүру. Нысанға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 2530 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10–15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) аттап өту. ЖДЖ: Кол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Колдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ойын: «Эстафеталық» Мақсаты: Балаларды дене тәрбиесі және спортпен шұғылдандыруға тарту,</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мақсаты: Тамактанар алдында қолды жуу, танертен және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше, иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.00-9.15 Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мақсаты: Тамактанар алдында қолды жуу, танертен және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше, иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты: Су температурасын біртіндеп төмендетте отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, бағалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температурадағы сүмен шайыну, танертенгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және өкшелерді нығайту үйрету. Арқаға арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.55-10.10 Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, сулы пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта</p>

<p>белсенділікке қайсарлыққа, батылдыққа. ұйымшылдыққа тәрбиелеу.</p> <p>Корытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгірту.</p> <p>Ойын: «Кім жылдам?»</p> <p>Мақсаты: Күштілікке, шапшандыққа, ептілікке баулу.</p> <p>Корытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгірту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Кім жылдам?»</p> <p>Мақсаты: Күштілікке, шапшандыққа, ептілікке баулу.</p> <p>Корытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>1 Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Дөпты қақпа арқылы домалатулы қайталау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ханталапай»</p> <p>Қимылды ойын: «Сақина салу» мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p>	<p>еңбектеу.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ақ сүйек»</p> <p>Ойын: «Паравоз»</p> <p>Мақсаты: Балаларды бірінін артына бірі тіркеліп жүруге үйрету.</p> <p>Корытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55</p> <p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты:</p> <p>«Денсаулық - зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің алғаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдыналуға болатынын түсінуге үйрету.</p> <p>Қол және нык белдеуіне арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру;</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Дөпты қақпа арқылы домалату.</p> <p>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Сақина салу»</p> <p>Қимылды ойын: «Ханталапай»</p> <p>Балаларды қызығушылықпен ойнауға үйрету</p>	<p>2. №9 «Балана» органы тобы 9.25-9.40</p> <p>Жүру және тепендік сақтау жаттығулары. Мақсаты:</p> <p>Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта тошпен жүру.</p> <p>Нысаната дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 2530 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) аттап өту.</p> <p>ЖДЖ: Қол және нык белдеуіне арналған жаттығулар; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шалапалақтау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Эстафеталық»</p> <p>Мақсаты: Балаларды дене тәрбиесі және спортпен шұғылдануға тарту, белсенділікке,</p>	<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты:</p> <p>Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалан аяқ жүру</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар.</p> <p>Түресіліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Дөпты қақпа арқылы домалату.</p> <p>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p>Адал азамат</p>	<p>1 Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Дөпты қақпа арқылы домалатулы қайталау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ханталапай»</p> <p>Қимылды ойын: «Сақина салу» мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p>	<p>еңбектеу.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ақ сүйек»</p> <p>Ойын: «Паравоз»</p> <p>Мақсаты: Балаларды бірінін артына бірі тіркеліп жүруге үйрету.</p> <p>Корытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>
<p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды</p>	<p>арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгірту.</p> <p>Ойын: «Кім жылдам?»</p> <p>Мақсаты: Күштілікке, шапшандыққа, ептілікке баулу.</p> <p>Корытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгірту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Эстафеталық»</p> <p>Мақсаты: Балаларды дене тәрбиесі және спортпен шұғылдануға тарту, белсенділікке,</p>	<p>1 Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Дөпты қақпа арқылы домалатулы қайталау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ханталапай»</p> <p>Қимылды ойын: «Сақина салу» мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p>	<p>еңбектеу.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ақ сүйек»</p> <p>Ойын: «Паравоз»</p> <p>Мақсаты: Балаларды бірінін артына бірі тіркеліп жүруге үйрету.</p> <p>Корытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>

<p>тобы 10.35-11.00 Дербес қимыл белсенділігі. ойын алаңында бағалардың жүруіне арналған кедергі жолдар жасауға үйрету. ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Хантаһапай» Қимылды ойын: «Сақина салу» Мақсаты: Бағаларды тез қозғалысқа үйрету.</p>	<p>қайсарлыққа, бағылдыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Қорытынды: Бағаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. 3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру мақсаты: Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларды мақсаты: Бейнелеу әрекетінен сон құтыларды, қылжағамдарды жуу, үстелді сүрту. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бұту және жазу, көтеру және түсіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Тақия тастамақ» Қимылды ойын: «Соқыр тексе»</p>	<p>Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шанырақ» Қимылды ойын: «Соқыр тексе» мақсаты: Бағаларды ойын ережесін үйрету. 3. №3 «Тұлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» даярлық жаттығулар. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру мақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзіне-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол-аяғын жуу, тістерін мұқият тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл сүлгімен сүртіню. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Артқы жағынан қолды айкастырып көтеру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p>	
---	---	---	--

<p>Максаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p> <p>4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35</p> <p>Дербес кимыл белсенділігі. Ойын аянында балалардың жүруіне арналған кедергі жолдар жасауға үйрету.</p> <p>ЖДЖ: Кол және иык белдеуіне арналған жаттығулар.</p> <p>Саусактарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру).</p> <p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Ханталалай»</p> <p>Кимылды ойын: «Сақина салу»</p> <p>Максаты: Балаларды тез қозғалысқа үйрету.</p>	<p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын:</p> <p>«Ханталалай»</p> <p>Кимылды ойын: «Сақина салу»</p> <p>Максаты: Балаларды жылдамдыққа үйрету.</p>		
---	--	--	--

Тәрбиелеу - Білім беру процесінің психограммасы

*Мерселинг
Heel*

Білім беру ұйымы: №41 «Назерке» бөбекжай бағалақшасы Ақтөбе қаласы
 Бағалардың жасы: 3-4-5жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: 20 -24 сәуір 2026 жыл IV-Апта
 Денешынықтыру жетекшісі: Игілкова Гулбану Балтабекқызы

Дүйсенбі 20.04.2026ж 8.10-8.30	Сейсенбі 21.04.2026ж 8.10-8.30	Сәрсенбі 22.04.2026ж 8.10-8.30	Бейсенбі 23.04.2026ж 8.10-8.30	Жұма 24.04.2026ж 8.10-8.30
<p>Ертенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>	<p>Ертенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>	<p>Ертенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>	<p>Ертенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>	<p>Ертенгілік жаттығулар «Күй күмбірі»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Саппен жүру. Мақсаты: Балаларды саппе тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүгіруге жаттықтыру. Әртүрлі қалыпта допты лақтыру ептілігін дамыту. Еніс тақтайдың үстімен еңбектеуді қайталап бекіту. Шағын топпен бірбіріне кедергі жасамай жүруге; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстау дағдыларын бекіту. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулу. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бүту және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысаната дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан(арқаннан) аттап өту. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай кою, аяқты жан-жаққа, артқа кою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ойын: «Төбедегі доп қуу» Мақсаты: балаларды ептілікке баулу. Қорытынды: «Денені еркін ұстау» баяу</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.00-9.15 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысаната дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан(арқаннан) аттап өту. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай кою, аяқты жан-жаққа, артқа кою.</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: 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. Арқата арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.55-10.10 Шенбермен жүру. Мақсаты: Балаларды шенбер құру және шенбер бойы жүру және жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру дағдыларын қалыптастыру. Жаттығулар орындау кезінде дұрыс тыныс алғуға дағдыландыру. ЖДЖ: Кол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Гимнастикалық</p>

<p>керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, колды жан-жақка созып еңкею (етпетінен жатқан калыпта).</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Екі колмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденен) нысанаға (кеуде тұсынан, төменнен, жоғарыдан) лақтыру.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Маған қарай еңбекте»</p> <p>Мақсаты: Балаларды еңбектеуге үйрету.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55</p> <p>Жүру мақсаты: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, алымдап, жан-жаққа қосалқы қаламмен (онға және солға), сапта бір-бірден жүруге үйрету</p> <p>Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: колдарды әртүрлі калыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-</p>	<p>әуен ырғағымен демалу.</p> <p>2. №9 «Балана» ортаңғы тобы 9.25-9.40</p> <p>Саппен жүру. Мақсаты: Балаларды сапка тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүгіруге жаттықтыру. Әртүрлі калыпта допты лақтыру ептілігін дамыту. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеуді қайталап бекіту. Шағын топпен бірібіріне келергі жасамай жүруге; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстау дағдыларын бекіту. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулу. ЖЛЖ: Кеудеге арналған жаттығулар; аяқты бүту және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан калыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, колды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан калыпта).</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Екі колмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденен) нысанаға (кеуде тұсынан, төменнен, жоғарыдан) лақтыру.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Маған қарай еңбекте»</p> <p>Мақсаты: Балаларды еңбектеуге үйрету.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы</p>	<p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ойын: «Төбелері доп куу»</p> <p>Мақсаты: балаларды ептілікке баулу.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұстау» баулу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40</p> <p>Секіру мақсаты: аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (он және сол аяқты алмастыру) секіру, 4—5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіруге дағдыландыру</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар.</p> <p>Түрегіліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру.</p> <p>Негізгі қимыл-</p>	<p>2. Допты қақпа арқылы домдалуды қайталау.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Бәйге»</p> <p>Мақсаты: Балаларды ойын ережесін үйрету.</p>	<p>орындықтың үстімен жүру.</p> <p>2. Шенбер құру және шенбер бойы жүру және жүгіруді қайталап бекіту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Қыз куу»</p> <p>Мақсаты: Балалардың денсаулыққа ойынға деген құштарлықтарын дамыту.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұстау» баулу әуен ырғағымен демалу.</p>
--	--	--	---	---

<p>Бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өтуге үйрету.</p> <p>Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру;</p> <p>Негізгі қимыл-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.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Сақина салу»</p> <p>Қимылды ойын: «Ханталапай» Балаларды қызығушылықпен ойнауға үйрету</p> <p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Енбектеу, өрмелеу. Мақсаты: 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандан енбектеу, етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай</p>	<p>9.45-10.05 Жүтіру мақсаты: орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіруге дағдыландыру</p> <p>Енбектеу, өрмелеу мақсаты: құрсаудан енбектеп өту, гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қаламмен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өтуге үйрету жуу, үстелді сүрту.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқая, екі аяқты кезек бұғу және жазу, көтеру және түсіру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2. 3–4 таяқшалардан аттап өту. <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Асық ату»</p> <p>Мақсаты: Балаларды мергендікке, дәлдікке үйрету.</p> <p>4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Енбектеу, өрмелеу. Мақсаты: 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағанда енбектеу, етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай енбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағанда енбектеу, 50</p>	<p>қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Асық ату»</p> <p>Мақсаты: Балаларды мергендікке, дәлдікке үйрету.</p> <p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40</p> <p>4. №2 «Айгөлек» даярлық жаттығулар. Секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, онға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, ашпақ қойып, бір аяқпен (он және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см)</p>	
---	--	--	--

<p>енбөктөү. Табан мен алаканга сүйөніп, төрт таңандап енбөктөү, 50 сантиметр биіктікте ілінген арканнын астынан енбөктөү. Күрсаудан енбөктөп өтү.</p> <p>ЖДЖ: Кол және нык белдеуіне арналган жаттыгулар.</p> <p>Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (колды сыртқы жағымен ішке карай бұру).</p> <p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттыгулары:</p> <p>1. Қос аяқтап алға карай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Арқан тарту»</p> <p>Ұлттық ойын: «Сақина салу» мақсаты: Балаларды тез қозғалысқа үйрету</p>	<p>сантиметр биіктікте ілінген арканнын астынан енбөктөү. Күрсаудан енбөктөп өтү.</p> <p>ЖДЖ: Кол және нык белдеуіне арналган жаттыгулар.</p> <p>Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (колды сыртқы жағымен ішке карай бұру).</p> <p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттыгулары:</p> <p>1. Қос аяқтап алға карай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Арқан тарту»</p> <p>Ұлттық ойын: «Сақина салу» мақсаты: Балаларды тез қозғалысқа үйрету</p>	<p>секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секірішпен секіру;</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгулар.</p> <p>Артқы жағынан колды айкастырып көтеру.</p> <p>Негізгі кимыл-қозғалыс жаттыгулары:</p> <p>1. Дөпты қақпа арқылы домалату.</p> <p>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Қыз қуу»</p> <p>Ұлттық ойын: «Бәйге»</p> <p>Мақсаты: балаларды жылдамдыққа үйрету.</p>		
---	--	--	--	--

Аурыз

Тәрбиелеу - білім беру процесінің психологиясы

Білім беру ұйымы: №41 «Назрек» бөбекжай бағабалқашасы Ақтөбе қаласы
Бағалардың жасы: 3-4-5 жас
Жоспардың құрылым кезеңі: 27 сәуір - 1 мамыр 2026 жыл 1-Апта
Денешынықтыру жетекшісі: Игілікова Гүлбану Бағабалқашасы

Дүйсенбі 27.04.2026ж 8.10-8.30	Сейсенбі 28.04.2026ж 8.10-8.30	Сәрсенбі 29.04.2026ж 8.10-8.30	Бейсенбі 30.04.2026ж 8.10-8.30	Жұма 1.05.2026ж
Ертегілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Ертегілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Ертегілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Ертегілік жаттығулар «Күй күмбірі»	
1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Мақсаты: Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту; ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, "салауатты өмір салты" және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар; аяқты бұту және созу (бірге және кезекпен), шайқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; нықтарды жотары көтеріп, қолды жан-жаққа созып енкею (етпетінен жатқан қалыпта). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Дөпты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.	1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Спорттық жаттығулар. Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тұра, шеңбер бойымен, онға және солға бұрылып тебу. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар; аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ойын: «Қояным, қояным тұршы» Мақсаты: Балалардың бұлшық еттерін жетілдіру; ойын арқылы күндіз-күйлерін көтеру. Қорытынды: «Денені еркін ұста» бау ауен ырғағымен демалу.	1. №9 «Бағалпан» ортанғы тобы 9.00-9.15 Спорттық жаттығулар. Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тұра, шеңбер бойымен, онға және солға бұрылып тебу. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар; аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2. 3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ойын: «Қояным, қояным тұршы» Мақсаты: Балалардың бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-	1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөле» мектепалды тобы 10.50-11.15 Бағаны күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және дас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелесіндігі тамақты ішу), ересектін көмегімен майдықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипат білдіру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Артқы жағынан қолды айқастырып көтеру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Дөпты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Адал азамат	

<p>Адал азамат Біртүтас тәрбие Ойын: «Паравоз» Максаты: Балалардың бірінші артына бірі тіркеліп тұрып паравоз сияқты жүруге, өлең жолдарын қайталап айтуға үйрету. Корытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Максаты: Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту; ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, "салауатты өмір салты" және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше, иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p>	<p>күйлерін көтеру. Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен дөмалу. 2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Кеудеге арналған жаттығулар. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру ге дағдыландыру. Аяққа арналған жаттығулар. Түреліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Адал азамат</p>	<p>Біртүтас тәрбие Ұлттық ойын: «Тақия тастамақ» Ұлттық ойын: «Бәйге» Максаты: балаларды жылдамдыққа үйрету.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Лақтыру, домалату, қағып алу максаты: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу Үйрету: (қатарынан 3-4 рет). Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Тұру максаты: оңға, солға бұрылу, орнында айналу; араарын алшақ ұстау және жақын тұруға дағдыландыру Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы</p>	<p>Адал азамат Біртүтас тәрбие Ойын: «Паравоз»Максаты: Балалардың бірінші артына бірі тіркеліп тұрып паравоз сияқты жүруге, өлең жолдарын қайталап айтуға үйрету. Корытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Ырғақтық жаттығулармаксаты: Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындауға</p>	
		<p>Біртүтас тәрбие Ұлттық ойын: «Асық ату» Максаты: Балаларды мергендікке, дәлдікке үйрету.</p>	

<p>домалату.</p> <p>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Асық ату»</p> <p>Қимылды ойын: «Ханталапай» Балаларды дәлдікке үйрету</p> <p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.</p> <p>Мақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру.</p> <p>Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүртінуге. Осы шараларды жүргізудің және жеке гигиена зағдыларын пайдаланудың қажеттілігін түсіну.</p> <p>ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.</p> <p>Саусақтарды айкастырып, алға жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру).</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс</p>	<p>Үйрету.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар.</p> <p>Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқая, екі аяқты кезек бұту және жазу, көтеру және түсіру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2. 3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Асық ату»</p> <p>Мақсаты: Балаларды мергендікке, дәлдікке үйрету.</p> <p>4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.</p> <p>Мақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру.</p> <p>Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүртінуге. Осы шараларды жүргізудің және жеке гигиена зағдыларын пайдаланудың</p>	<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40</p> <p>4. №2 «Айгөлек» даярлық жаттығулар.</p> <p>Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.</p> <p>Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас лай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипат білдіру.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар.</p> <p>Артқы жағынан қолды айкастырып көтеру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Дотты қақта арқылы домалату.</p> <p>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Тақия</p>	
--	---	--	--

<p>жаттыгулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Қыз қуу» Ұлттық ойын: «Бәйге» Мақсаты: Балаларды тез қозғалысқа үйрету.</p>	<p>қажеттілігін түсіну. ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Саусақтарды айкастырып, алға-жогары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Қыз қуу» Ұлттық ойын: «Бәйге» Мақсаты: Балаларды тез қозғалысқа үйрету.</p>	<p>тастамақ» Ұлттық ойын: «Бәйге» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйрету.</p>		
---	--	---	--	--