

«Аккөгершін»  
МКҚК №6 «Аккөгершін»  
бобекжай-балабакұссының  
меншеруші; К.Муринова  
002, 09.2024 ж



№6 «Аккөгершін» бобекжай балабакашының

2024-2025 оку жылына ариалған

Дене шынықтыру іс-әрекеттік

перспективалық жоспары

(Ересек топ)

Дене шынықтыру шұқаушысы: Умурзакова Г.Н

Хромтау каласы

**Мектепке дейнігі тәрбие мен оқытушы үлгілө оқу бағдарламасы  
2024-2025 оқу жылына арналған үймдастырылған іс-әрекеттік  
перспективалық жоспары**

**Білім беру үймі:** МҚКҚ №6 «Аккөгершін» бебекжай бапабакиасы

**Тобы: ересек топтары «Күлшілай», «Балдырган».**

**Балалардың жасы:** 4 жас

**Жоспардың күршілік көзөндөсі:** Кыркүйек-Мамыр 2024-2025 оқу жылы.

**Дене шынықтыру пұсқаушысы:** Умурзакова Г.Н.

А й й ы	Үймлас- тырылған қызмет	Үймдастырылған қызмет міндеттері	Күтілген нотиже
Р и й е к и и шынықтыру	<p><b>Жалпы ламытушы жаттыгулар:</b> Колды алға, екі жакка, жоғары көтеру, тұрган кальпта колдарын аркасина апару; саусақтарын бүтіп, колдарын айналауды орындау. Екі кол белде, кезекпен екі жакка бұрылғанда екі колды екі жакка жіберу. Онга, солға илу, еңкөо, шалқао, алға еңкөо, колдын үшін аяктын үшінша жеткізу. Екі колды белге койып, екі жакка илу. Аяктын үшімен көтерілу; екі аякты кезекпен алға оқшемен, содан кейін үшімен кою, тоныладу.</p> <p><b>Негізгі кимыллар:</b> Сапта бір-бірлеп журуу, жүрүлді жүргүмен, секірумен, басқа кимылдармен көзектестіру, кол мен аяк кимылын үйлестіру, бой түзүлігін дұрыс сақтау;</p> <p><b>Бір калыпты, аяктын үшімен, тізін жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен каламмен жүгіру, сапта бірлелеп, түрлі бағытта жүгіру.</b></p> <p>Бір орында үтіріп, екі аякпен секіру (2-3 рет жүрумен көзектестіре отырып, 10 рет секіру), 2-3 метрлік кашыктықта алға умттыла кос аякпен секіру;</p> <p>Заттар арасымен доптарды, құрсауларды ломалату. Допты бір-біріне томеннен лактыру және кагын алу (1.5 м кашыктықта), допты екі колымен бастаң асыра кедерін арқылы лактыру (2 м кашыктықтан).</p> <p>8 м дейнігі кашыктықта заттар арасымен тұра бағыт бойынша терттегандап енбектеу, тактайда, орындықта келденеңнен енбектеу.</p> <p>Сызыктар арасымен (15 см аракашылық), сызықпен, арқаимен, тақтаймен, гимнастикадың орындықпен, берелемен жүру. Катарага бір-бірлен сапка тұру.</p> <p><b>Музыкалық-ыртқылыштық жаттыгулар:</b></p> <p>Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі каркында таныс дене жаттыгуларын орындау.</p> <p><b>Спортық жаттыгулар:</b></p> <p>Уш доңсекті велосипед төбү. Онга, солға бұрыльстарды орындау.</p> <p><b>Спортық ойын элементтері:</b></p> <p>Көлгө ойнауга үрету. Дұрыс бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта койылған доптарды лактыру</p> <p><b>Дербес кимыл белсенділігі:</b></p>	<p>Әкшемен, аяктын сыртқы қырымен, алымдалп жүреді; Жүрүлді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және карқынды өзгеріп жүреді;</p>	

		Ауа райының жагдайын ескерсөттөрүп, балапарлык тата аудалын кимин белсенділігін дамыту, балапарга доптармен, курсаулармен, ойыншылтармен ойналар отынту
	Сауыктыру-шыныктары	Сауыктыру-шыныктары
	Малени-гигиеналык лагылыштар	Тыныс алу жолдарын шыныктару, жалалт аяк журу.
Ай	Үймлас-тырылған	Малени-гигиеналык лагылыштар; Үймасынан тамактау лагылыштары, ас куралларын колланууды жетгелдіру.
Бы	Кызмет	
		<b>Үймластырылған кызмет міндеттері</b>
		<b>Жағыны дамытуши жаттыгулар.</b>
		Екі кол белде, кезекпен екі жакка бұръялғана екі колды екі жакка жіберу. Онға, солға ишіп, еткесін, шалқаю; алға сәкесін, колдан үшін аяктын үшінша жеткізу. Екі коллы белге койып, екі жакка ишіл. Отырган және тізгереп тұрган күйін лопты өз айналасында ломалату. Аяктын үшімден көтеріп; екі аякты кезекпен алға екшемен, солан кейін үшімден кою, топылдату. Катарына (4–5 рет) жүрелеп, екі кол белде, екі колды алдыны жак пен екі тұска көтеріп, отыру; аяктын үшін созу, табанды буту.
		<b>Негізгі киммелдар:</b>
		Орга жылдамдықпен жүрүлді көзектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; 4–5 сыртык арқылы орнынан ұзындыққа секіру (сызыктардың аракашылығы 40–50 см), 20–25 см білдіркікке секіру; Он және сол кольмен колленен иысанана (2–2,5 м кашыктықтан), 1,5 м кашыктықтан тігінен (иысанана ортасының биіктігі 1,5 м) иысанана даңдел лактыру;
		50 см жогары көтерілген арқанын астына он және сол бүйірмен алға енбектеп кіру; курсаудан енбектеп өтү; гимнастикада кабыраға бойынша жогары-темен көзектескен кадаммен өрмелепу, араптықтан араптықка, оға, солға аусыс; Еденинен 20–25 см көтерілген бастандақ тақтайдан, колдан түрлі калыммен үрленгін долтап (бір-бірінен кашык койылған 5–6 дол арқылы кезекпен) атап өтү;
		<b>Музикаль-ыралық киммелдар:</b>
		Музикальдық сүйемеллелеге сәйкес түрлі карында таныс дене жаттыгуларын орнындау.
		<b>Спортык жаттыгулар:</b>
		Берілген бағытта допты домалату; Берілген бағытта шайбаны тақпен домалату, оны какпага енгізу.
		<b>Спортык ойни элементтері:</b>
		Бастапқы калыпта дұрыс түріп, лопты лактыру. 1,5–2 метр аракашықтықтан көпілдерді қағып түсіру;
		<b>Дербес киммел белсенділігі.</b>
		Балаларды педагогпен бірге жаттыгуларды орндауда, киммели ойындарга көтүсуга ынталандыру.
		<b>Сауыктыру-шыныктары.</b>
		Шыныктаруын барлық түрлердің жаңаастыры.

Айтырылған қызмет	Үймластырылған қызмет міндеттері	Күтілгін шәтиже
Негізгі кимылдар	<p><b>Жүргүр.</b> оқиғмен, аяқтың сыртқы қырымен, алымдал, жаң-жакка косалқы қаламмен жүргүр.</p> <p><b>Теп-тепшікті сактау.</b> Тактайдын, гимнастикалық скамейканың, беренеңіп бойымен жүргүр (колды екі жакка созып, басқа кашық койып, заттардан аттан оту).</p> <p><b>Жүгіру.</b> Аяқтың үшінген, тізені жогары көтеріп, алымдал жүгіру, сапта бір-бірден, шенбер бойымен жыныша шашырап жүгіру.</p> <p><b>Енбектеу, өрмелету.</b> 10 метрге дейнігі кашыктықта заттардың арасымен тұра бағыт бойыша, келбей тақтай бойымен терттагандап енбектеу.</p> <p><b>Секіру.</b> Бір орында тұрып, кос аяқпен секіру (жүргүмен кезектестіріп 2–3 реттеп 10 рет секіру) 2–3 метр кашыктықка алға үттіліп кос аяқпен секіру, бір орында тұрып, онға солға бұрылып секіру.</p> <p><b>Сырғанау, лактыру, домалату, калып алу.</b> Заттарлың арасымен доттарды, курсауларды бір-біріне домалату; заттарды кашыктықка лактыру (3,5–6,5 метрден кем емес), 1,5 метр кашыктықта дотты бір-біріне томенинен және бастаған асъра лактыру.</p> <p><b>Сап түзеу, сапка кайта тұру.</b> Бір-бірден сапка тұру, бір-біріндің жыныша сапка және шенберге тұру.</p> <p><b>Жалпы ламытушы жаттыгулар.</b> Колды алға, екі жакка, жогары көтеру (бір үзінші, көзекпен), төмен тусіру, колдарын арқасына апару; колдарды төмен тусіру; белге көю, кеуде түсінің көю; колдарын алға-артқа сермеу. Екі колды белге койып, онға-солға бұрылу (жылдам және бір калыпты). Аяқтың үшінша көтерілу және түру. Катарынан 4–5 рет жартылай отыру.</p> <p><b>Кимыллы ойындар.</b> Таңыс ойындары үймластыруда бастамашылық, дербестік таптауга баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді: жылдамдық, күши, шыдамдылық, икемділік, еттілік ламыту.</p> <p><b>Спортық жаттыгулар.</b> Үш деңгелекті велосипед төбө. Онға, солға бұрылу. Шылдықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу; мұрыны-жүткіппакты шылдықтыру, жылдан дақ жүргізу.</p>	<p>Табан мен алаканға сүйеніп, терттагандап енбектейді;</p> <p>Гимнастикалық скамейка бойымен колдарымен тартылып, енбектейді;</p> <p>Гимнастикалық кабырга жогары-төмен ауспепталы каламмен өрмелейді;</p> <p>Алға үттіліп, үзындыкка кос аяқпен секірелі; Доттарды домалаталы.</p> <p>Заттарды кашыктықка лактырады, доттарды домалаталы.</p> <p>Келергілер арқылы лактырады және калып алаңып.</p>

Айырмас- ый қызмет	Үйымлас- тырылған қызмет міндеттері	Күтіледін шетіже
Негізгі кимыллар жүргү.	<p><b>Жүргү.</b> Әкшемен, аяктың сыртқы қырымен, алмадап, жаң-жаққа косалып каламмен (онга және солға) жүргү.</p> <p><b>Теп-төндікті сактау:</b> көлбек тақтай бойымен (еңі 2 сантиметр, биіктігі 30–35 сантиметр) жүргү.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Аяктың ұлыммен, тізің жоғары көтеріп, алмадап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, жылдамша ирелсінде, шашырап жүгіру.</p> <p><b>Еңбектеу, ормелеу.</b> 10 метрге дейінгі кашыктықта заттардың арасымен тұра бағыт бойына, көлбек тақтай бойымен етпетімен жатып, гимнастикадық скамейка бойымен торттаганда еңбектеу.</p> <p><b>Секіру.</b> Аякты бірге, алшак койып, бір аякпен (он және сол аякты алмастыру) секіру.</p> <p><b>Лактыру, ломалату, каяғып алу.</b> Заттардың арасымен лоптарды, құрсауларды бір-біріне ломалату; заттарды кашыктықта лактыру (3,5–6,5 метрлен кем емес), лопты бір-біріне томенен және бастаң астыра лактыру (1,5 метр кашыктықта).</p> <p><b>Сапка түру, сап түзеу, сапка кайта түру.</b> Бір-бірден сапка түру, бір-бірінің жаңына сапка және шеңберге түру.</p> <p><b>Жашиы ламытушы жаттыгулар.</b> Колды ала, екі жакқа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), томен тусіру, колдарын арқасына апару: колдарды томен тусіру; белге көто, кеуде түсінің көто. Екі колды белге койып, онға-солға бұрылу (жылдам және бір калыпты). Аяктың үшінша көтерілу және түру. Екі аякты кезекпен алға көто. алымен өкшені, солан кейін аяктың үшін көто. Тарсылату. Катағынан 4–5 рет жартылай отырып түру.</p> <p><b>Кимыллы ойындар.</b> Таныс ойындарды үйымластыруда бастамашылық, дербестік таытуға баулу, Ойындарда физикалық қасиеттерді: жылдамдық, күш, шылдамдық, икемділік, еттілікті ламбыту.</p> <p><b>Спортық жаттыгулар.</b> Уш лонгелекті пелосипел табу. Олға, солға бұрылу. Шынықтырудың барлық түрлерін, жашиы және жергілікті су шараларын жүргізу: мұрзан-жұтқыштакты шынықтыру, жишил аяқ жүргү</p>	<p>Екеуден, үшесуден катарага кайта туралы;</p> <p>Шынықтыру түрлерін, өзіне-өзі кызмет көрсету дагдыларын менгерген;</p> <p>Долттармен, секіршігермен, құрсаулармен кимылды ойындарды ойнайды;</p>

Айырмалас- тырылган кызмет	Ұйымдастырылған кызмет міндеттері	Күтілген нәтиже
Негізгі кимылдар.	<p><b>Жүргүр:</b> Сапта бір-бірден журуу, журууді жүгірумен, сектірумен алмастырып, балытты жеңе каркынды өзгеріп журуу, кол мен аяқ кимылдарын үйлестіру.</p> <p><b>Теп-тешкіті сактау.</b> Колларды артурул калыпта ұстап, еденинен 20–25 сантиметр жогары койылған сатының таяқшаларынан, үрленген доттардан (бір-бірнен кашык койылған 5–6 дот арқылы кезекпен) атап өтуге үйрету.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Турлі тасырмаларды орындаі отырып: шашан және баау каркынмен, жетекшін ауыстырып жүгіру. 1–1,5 минут шінде баау каркынмен жүгіру, орташа жылдамдықпен журууді кезектестіре отырып. 40–50 метрге жүгіру.</p> <p><b>Еңбектеу, ормалеу.</b> 10 метрге дейнігі кашыктықта заттардың арасымен тұра бағыт бойынша, көлбөу тактай бойымен терттегандал еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен колларымен тартылып, алға карай еңбектеулі жаластыру.</p> <p><b>Секіру.</b> Секіру: лаглысын ламыту; аякты бірге, ашак койып, бір аякпен, он және сол жақта кезек-кезек секіру.</p> <p><b>Лактыру, ломалату, каяп алу.</b> Заттардың арасымен доттарды, құрсауларды бір-біріне ломалату; заттарды кашыктықка лактыру (3,5–6,5 метрден кем емес), дотты бір-біріне төмсінеп және бастан асyrа лактыру (1,5 метр кашыктықта).</p> <p><b>Сапка тұру, сапка кайта тұру.</b> Бір-бірден сапка тұру, бір-біріннің жаңына сапка және шенберге түрүлдегісін ламыту.</p> <p><b>Жалын дамытуши жаттыгулар.</b> Колды алға, екі жакка, жогары көтеру (бір уақытта, кезекпен), колдарын арқасына апару; колдарды томен түсіру; белге көю, кеуде түсіна көю. Екі колды белге койып, онға-солға бүрүшү (жылдам және бір калыпта). Аяктын үшінша көтерілу және тұру. Екі аякты кезекпен алға көю, алдымен оқиғен, солан кейін аяктын үшін көю, тарсылату. Катарылаң 4–5 рет жаттыгай отыру.</p> <p><b>Кімділіл ойындар.</b> Таныс ойындарды Ұйымдастыруда бастамашылық, дербесстік танытуға баулу. Ойындарда физикалық касиеттері: жылдамдық, күш, шылдамдылдық, икемділдік, етіліккіті ламыту.</p> <p><b>Спортық жаттыгулар.</b> Шашамен сырғанау; тобеніккен сырғанау; бір-бірін сырғанауту; шашамен тобеніккен көтерілу, тобеніккен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау.</p>	<p>Шынықтыру түрлерін, өзіне-өзі кызмет көрсету дагдыларын менгерген:</p> <p>Шанамен сырғанайды және мұзлы жолдармен өз бетінше сырғанады:</p> <p>Ересектердің комегімен шаңыны киелі және шешелі шанымен бірнін артынан бірін жүреді:</p>

Ай тырылған қызмет	Ұйымдастырылған қызмет міндеттері	Күтілетін нағиже
	<p><b>Негізгі кимылдар.</b></p> <p><b>Жүру.</b> Сапта бір-бірден жүру, жүрууді жүгірумен, сөкірумен алмастырып, бағытты жеңе карқынды озгеріп жүру, кол мен аяқ кимылдарын үйлестіру.</p> <p><b>Теп-тешікті сактау.</b> Колдарды артурулған калыпта үстап, едениен 20–25 сантиметр жогары койылған сатынын таяқшаларына, үрленген донғардан (бір-бірінен кашық койылған 5–6 дон арқылы кезекпен) атап өту.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Түрлі тәсірмаларды орындауда отырып: шашпан және бауу каркынмен, жетекшін аустырып жүгіру. 1–1.5 минут ішінде бауу каркынмен жүгіру, орташа жылдамдықпен жүрүп, 40–50 метрге жүгіру.</p> <p><b>Еңбектегу, орнеледу.</b> Табан мени алаканга сүйеніп, төрт тағандан еңбектеу. 50 сантиметр білктікте ілінген арқанын астынан сибектен оту.</p> <p><b>Секіру.</b> 4–5 сұзықтан аттап (сұзықтардың аракашыктығы 40–50 сантиметр) секіре білууді ламыту.</p> <p><b>Лактыру, домалату, кагыл алу.</b> Заттардың арасымен донғарды, курсауларды бір-бірінен домалату; заттарды кашыктықка лактыру (3.5–6.5 метрден кем емес), он жеңе сол кольмен колденен койылған пысанага, донғы бір-бірінен томеннен жеңе бастап асыра лактыру (1,5 метр кашыктықта).</p> <p><b>Санка түру, сап түзеу, санка кайта түру.</b> Екендер, үшесеңдер катарага түру, бағыт бойынша түзелуге үйрету.</p> <p><b>Жалины дамытуши жаттыгулар.</b> Колды аяға-артқа сермеу; колды ишкі койылп, шылғактарын бүгіп, колдарын айналдыру. Оңға, солға енкете, шашқао. Тұрган калынта екі аяқ бірге (апшак), аяға енкейіп, колдың саусақтарын үшінша жеткізп, заттарды кол және жогары көтеру. Екі колды белгі койып, екі жакка созып, отыру. Тізен бугу, алға созу, кайтадан бугу және түсіру. Аяқтың үшінша созу, оқиғең айналдыру.</p> <p><b>Кімілдің ойништар.</b> Кімілдің ойништарда жетекші ролі орындауда үйрету, ойни ерекшелерін санауды түрде сактауда баулу.</p> <p><b>Спортивк жаттыгулар.</b> Шашымен бірнеше бірін артып бірі жүрү; ерекшелердің комегімен шашының күп, шешу.</p>	<p>Таныс ойништарды ұйымдастырудың бастамашылық, дербестік танылады;</p> <p>Кімілдің ойништарда физикалық касиеттерді:</p> <p>Жылдамдылық, күши, шылдамдылық, икемділік, ептілік көрсетеді;</p> <p>Донғармен, секірғіштермен, курсаулармен кімілдің ойништарды ойнайды;</p>

**Айырмас-  
ыйтырылган  
кызмет**

**Үймдастырылган кызмет міндеттері**

**БИ**

**Күтілетін  
шетіне**

**Негізгі кимыллар.**

**Жүргү:** екіншемен, аяқтан сыртқы кырмын, алымлат, жан-жакка косалғы қадаммен (онға және солға), сапта бір-бірден жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және каркынды өзгеріп жүру, кол мен аяқ кимылдарын үйлестіру.

**Теп-тепелдік сактау:** үрленген дөлтардан (бір-бірінен кашық койыла 5-6 дөл арқылы кезекпен) атап оту.

**Жүгірү:** органа жылдамдықпен жүруді көзектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру.

**Еңбекшегі, ормелеу:** борене және гимнастикалық скамейкалан атап оту

**Секіру:** бір орында тұрып, кос аяқпен секіру, 2-3 метр кашыктықка алға ұмтылып кос аяқпен секіру, бір орында тұрып, онға солға бұрылыш секіру; аяқты бірге, алшак койып, бір аяқпен (он және сол аяқты алмастыру) секіру. 4-5сызықтан атап (сызықтардың арақашылығы 40-50 сантиметр) секіру, 4-20-25

сантиметр білдіктікten секіру, орынан үзындықка (шамамен 70 сантиметр). қыска секірғішин секіру.

**Лактыру** кагып алу лопты кедергілер арқылы бастаң астыра екі кольмен және бір кольмен лактыру (2 метр кашыктықтан)

**Сапка түру:** сапка кайта тұру, бір-бірден сапка тұру, бір-бірінің жаңына сапка және шенберге түру. Екеуден, ушеуден бірінің артынан бірі катарага тұру, бағыт бойынша түзелу; онға, солға бұрышу, орында айналу; арапарын алшак үстәу және жакын тұру

**Жалпы ламытушы жаттыгулар.**

**Кол және иық белдеуіне арналған жаттыгулар.**

**Жаттыгуларды заттармен және заттарсыз орындау.**

**Кеудеге арналған жаттыгулар.**

**Көлінә зат үстал, шалқасынан жатып, колды созу және осы калыпта етпетін бұрылыш жату.**

**Аяқка арналған жаттыгулар.**

**Түрекел тұрып, аяқты басайларымен орамаларды, тагы басқа үшак жаттарды іліп алып, басқа орынга ауыстыру.**

**Гимнастикалық  
кабырга жогары-  
төмен ауыспалы  
қаламмен**

**өрмелейді;**

**Алға ұмтылып,**

**ұзындыққа кос**

**аяқпен секіреді;**

**Долпарлы**

**ломалатады.**

**Заттарды**

**кашыктыққа**

**лактырады,**

**Долтарды**

**кедергілер арқылы**

**лактырады және**

**кагып алады;**

Айтырылған қызмет	Үйімдастырылған қызмет міндеттері	Күтілген нағиже
Негізгі кимылдар:	<p><b>Жүру.</b> Журууді калыптастыру жұмысын жалғастыру.</p> <p><b>Тепе-тепелікі сактау.</b> Тепе-тепелікі сактау калыптастыру жұмысын жалғастыру.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Түрлі тапсЫрмаларды орындаі отырып жүгірруді калыптастыру жұмысын жалғастыру.</p> <p><b>Еңбектеу, өрмелу.</b> Гимнастикадық кабырга жоғары-томен ауыспалы қаламмен өрмелу, борене және гимнастикадық скамейкалар аттап оту дагдысына үрету.</p> <p><b>Секіру.</b> Орынданған үзілділікка (шамамен 70 сантиметр), қыска секірғішпен секіру дагдысын дамыту.</p> <p><b>Лактыру, ломалату, кагыл алу.</b> Долпы жоғары лактыру және екі кольмен кагыл алу (катараптан 3-4 рет) дагдысына үрету.</p> <p><b>Сап түзу, сапка кайта түру.</b> Сапка түру, араларын алшак үстәу және жакын түрүлдү үрету.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b> Колды кеуденіт алғына кою, жекеге кою, ишкітарды түзеп, екі жакка бүрслу. Отырган калыпта екі аякты жоғары көтеру, бугу және жазу, томен тусіру. Өкшемен таяктың арқанын үстінен бір кырымен жүру. Түрекеліп түрүп, аяктың бакайларымен орамалларды, тағы басқа үсак заттарды іші алып, басқа орынға ауыстыру.</p> <p><b>Кімбылды ойындар.</b> Долтармен, секірғіштермен, курсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>Спортық жаттыгулар.</b> Екі пемесе үш долгелекті велосипед төбү; онга, солға бұрылууды орындау.</p>	<p>Таныс ойындарды үйімдастыруды бастанашылды дербестік танытады;</p> <p>Кимылды ойындарда физикалық касиеттерді:</p> <p>Жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, етпілік көрсетеді.</p> <p>Долтармен, секірғіштермен, курсаулармен ойындарды ойнайды;</p>

Айырмалас-тырылған қызмет	Ұйымдастырылған қызмет міндеттері	Күтілгенін нәтиже
Негізгі кимылдар.	<p><b>Жүргүр.</b> Жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және каркынды өзгертп җүргүр, кол мен алға кимылдарын үйлестірү.</p> <p><b>Тепе-тешікті сактау.</b> Балалардагы тепе-тендікті дамыту бойынша жұмысты жағастыру.</p> <p><b>Жүгіру.</b> Түрлі тапсырмаларды орындаі отырып жүгіру лагдысын жетілдіру.</p> <p><b>Еңбектегу, өрмелеву.</b> Гимнастикадық кабырга жоғары-томен аудистапалы қаламмен өрмелеву, берене және гимнастикадық скамейкалар атап оту.</p> <p><b>Секіру.</b> Бір орында тұрып, алға ұмтылып кос аяқпен секіру, бір орында тұрып, биіктікten секіру.</p> <p><b>Лактыру, ломаату, қағып алу.</b> Лопты ломаату, иысанага лактыру; жоғары лактыру және қағып алу ладдысын дамыту.</p> <p><b>Сап түсей, сапка кайта тұру.</b> Бір-бірден сапка тұру, араларын алшак ұсташау және жақын тұру.</p> <p><b>Жалпы дамытуши жаттыгулар.</b> Жаттыгуларды заттармен және заттарсыз орындау. Тізелеп тұрып, алға енкео және артқа шалқаю, екі аяқты кезек буғу және жазу, көтеру және түсіру. Колына зат үстап, шалқасынан жатып, колды созу және осы калыпта етпегінен бұрылыш жату. Етпегінен жатқан калыпта иықтарын, басын, колдарын алға созып көтеру. Аяқтын үшін созу, оқшени айналдыру. Тізелі бүтіп, екі аяқты кезек көтеру.</p> <p><b>Кимылды ойнадар.</b> Долгармен, секіргіштермен, курсаулармен ойнадарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>Спортық жаттыгулар.</b> Велосипед тебү; екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебү; онға, солға бұрылу.</p>	<p>Екеуден, шшеуден катарға кайта тұралы;</p> <p>Шынықтыру турлерін, өзін-өзі қызмет көрсету лагдыларын менгерген;</p> <p>Екі, уш дөңгелекті велосипед тебелі. онға, солға бұрылады;</p>