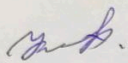
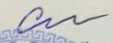


Келісілді: 
«Умники» бөбекжайы
Әдіскері: К.Арыстанова

Бекітілді: 
«Умники» бөбекжайы
Директоры: А.Смаилов



Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың оқу бағдарламасы негізінде 2023-2024 оқу жылына арналған
«Айгөлек» әртүрлі ортаңғы тобының дене шынықтыру ұйымдастырылған перспективалық жоспар
(№ педагогикалық кеңес хаттамасында қаралды 29.08.2023жыл)

Дене нұсқаушысы: Суйенов А.К.

Түсінік хат

2023-2024 оқу жылында мектепке дейінгі ұйымдар, «мектеп-бөбекжай-балабақша» кешендері, жалпы орта, негізгі орта білім беретін, бастауыш мектептер жанындағы шағын орталықтар, мектепалды сыныптар тәрбиелеу мен оқыту процесін төмендегі **нормативті-құқықтық құжаттарын басшылыққа алып ұйымдастырады:**

- Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2021 жылғы 15 наурыздағы №137 қаулысымен бекітілген «Мектепке дейінгі тәрбиелеу мен оқытуды **дамыту моделі**»;

- Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 31 тамыздағы №385 «Мектепке дейінгі, бастауыш, негізгі орта, жалпы орта, техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім беру, мамандырылған, арнаулы білім, жетім балалар мен ата-анасының қамқорлығынсыз қалған балаларға арналған білім беру ұйымдарында балаларға және ересектерге қосымша білім беру ұйымдарының үлгілік қағидаларын бекіту туралы» бұйрығымен бекітілген мектепке дейінгі ұйымдар қызметінің **Үлгілік қағидалары**;

- Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 3 тамыздағы №348 «Білім берудің барлық деңгейінің мемлекеттік жалпыға міндетті білім беру стандарттарының бекіту туралы» бұйрығымен бекітілген Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың мемлекеттік жалпыға міндетті **Стандарты**;

- Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2012 жылғы 20 желтоқсандағы №557 «Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың **үлгілік оқу жоспарларын** бекіту туралы» бұйрығына өзгерістер енгізу туралы Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 9 қыркүйектегі №394 бұйрығы;

- Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің міндетін атқарушының 2016 жылғы 12 тамыздағы №499 «Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың **үлгілік оқу бағдарламаларын** бекіту туралы» бұйрығымен (өзгерістер мен толықтырулар) бекітілген Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы. Үлгілік оқу бағдарламасының мазмұнын меңгеру мерзімі – 5 жыл, бір жас тобында – 1 жыл;

- Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту Министрінің міндетін атқарушының 2024 жылғы 30 шілдедегі № 194 бұйрығының 2 қосымшасы.

- 2023-2024 оқу жылында Қазақстан Республикасының мектепке дейінгі ұйымдары мен мектепалды сыныптарында тәрбиелеу-білім беру процесін ұйымдастыру туралы **әдістемелік нұсқау хаты** (ҚР ОАМ «Балаларды ерте дамыту институты» РММ ғылыми-әдістемелік кеңесінің шешімімен 2023 жылғы 31 тамыз №1 хаттамасы).

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытуың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде

2023-2024 оқу жылына арналған дене тәрбиесі ұйымдастырылған іс- әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: «Умники» бөбекжайы Тобы: «Айголек» орта топ

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: Қыркүйек- мамыр айы

айы	ҰІӨ	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері.
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл: Жүру: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру. Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып жүру. Жүгіру: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққалақтыру (2,5-5 метр қашықтық). Еңбектеу, өрмелеу: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеу. Секіру: Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарайжылжып секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Ырғақтық жаттығулар: Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға үйрету. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін дамыту. Спорттық жаттығулар. Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура тебу.

қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: Тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Тепе-теңдікті сақтау: бір қырымен қосалқы қадаммен жүру. Жүгіру: сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. қашықтық). Еңбектеу, өрмелеу: заттарды айналыпжәне заттардың арасымен еңбектеу. Секіру: құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға үйрету. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар. Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен тебу.
-------	----------------	---

қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүру. Тепе-теңдікті сақтау: көлбеу тақтай бойымен (20-30 сантиметр) жүру. Жүгіру: әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық). Еңбектеу, өрмелеу: еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу. Секіру: 15-20 сантиметр биіктіктен секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша) Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; Кеудеге арналған жаттығулар: солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру. Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау.
--------	----------------	---

желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру. Тепе-теңдікті сақтау: арқан бойымен жүру. Жүгіру: «жыланша», шашырап жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Еңбектеу, өрмелеу: арқанның бойымен өрмелеу. Секіру: ілініп тұрған затқа қолды тигізіп секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: Саптағы өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар: Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау. Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта). Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Қимылды ойындар: Кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Спорттық жаттығулар. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.
-----------	----------------	--

қаңтар	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру. Тепе-теңдікті сақтау: тура жолмен жүру. Жүгіру: белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Еңбектеу, өрмелеу: доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) өрмелеу. Секіру: тұрған орнынан жоғары секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: Саптағы өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау. Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен). Аяққа арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Қимылды ойындар: Кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын дамыту. Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау. .
--------	----------------	---

ақпан	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру. Тепе-теңдікті сақтау: бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүру. Жүгіру: белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. қашықтық). Еңбектеу, өрмелеу: көлбеу модуль бойымен, туннельарқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу. Секіру: сызықтан секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату. Кеудеге арналған жаттығулар: шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше. Аяққа арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Қимылды ойындар: қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Дербес қимыл белсенділігі. Ептілікті, жылдамдықты дамыту. Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.
-------	----------------	--

наурыз	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Тепе-теңдікті сақтау: қырлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру: қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Еңбектеу, өрмелеу: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру: тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Кеудеге арналған жаттығулар: иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Аяққа арналған жаттығулар: таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Қимылды ойындар: Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңғажәне солға бұрылып тебу.
--------	----------------	--

сәуір	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру. Тепе-теңдікті сақтау: бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүру. Жүгіру: белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. қашықтық). Еңбектеу, өрмелеу: көлбеу модуль бойымен, туннельарқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу. Секіру: сызықтан секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату. Кеудеге арналған жаттығулар: шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше. Аяққа арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Қимылды ойындар: қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Дербес қимыл белсенділігі. Ептілікті, жылдамдықты дамыту. Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.
-------	----------------	--

мамыр	Дене шынықтыру	Негізгі қимыл. Жүру: еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Тепе-теңдікті сақтау: қырлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру: қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу: таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Еңбектеу, өрмелеу: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Секіру: тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. Сапқа тұру, қайта сапқа тұру: шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Кеудеге арналған жаттығулар: иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Аяққа арналған жаттығулар: таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Қимылды ойындар: Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.
-------	----------------	---

