



*Handwritten signature*

Бекітемін  
№ 0 «Балауса» бөбекжай-балабақша менгерушісі  
Ш. Муберекова

**Кіші «Балапан» тобы үшін  
дене шынықтыру  
перспективалық жоспары  
(108 сағат)**

**Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Құтжанова Нұрсәуле**

**2020 – 2021 оқу жылы**

**Кіші «Балапан» тобы үшін дене шынықтыру перспективалық жоспары  
(108 сағат)**

**Қыркүйек айы**

**Өтпелі тақырып: «БАЛАБАҚША»**

<b>3 сағат Тақырыпша</b>	<b>Мазмұны</b>	<b>Сағат саны</b>	<b>Күні</b>
<b>Менің балабақшам 1- апта</b>	Дене шынықтыру (негізгі қимылдар) 1. Тәрбиешінің артынан баяу жүру. Бірқалыпты жүгіру. Қимылды ойын: «Қоңырау қайдан естіледі?» (Негізгі қимылдар	1	2. 09. 20
	2. Шеңбер бойымен қол ұстасып жүру. Бірқалыпты жүгіру. Қимылды ойын: «Жалаушаны әкел (таяқ арқылы аттан өту).» (Негізгі қимылдар	1	4. 09. 20
	3. Аланның бір шетіне доптың артынан баяу жүру. Бір орында тұрып қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр.»	1	7. 09. 20
<b>Менің достарым 2-апта</b>	(Негізгі қимылдар 1. Жұптасып жүруге дағдыландыру. Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Қимылды ойын: «Күн мен түн» (Негізгі қимылдар	1	9. 09. 20
	2. Шеңбер бойымен жұптасып жүру. Қолжықса дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Қаздар» (Негізгі қимылдар	1	11. 09. 20
	3. Допты қос қолдан лақтыру. Алға қарай ұмтыла екі аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Допты ұста.»	1	14. 09. 20
<b>Менің сүйікті ойыншықтарым 3-апта</b>	(Негізгі қимылдар 1. Бір бағытпен жүре отырып, кедергіден (жіп) аттап өту. Қимылды ойын: «Ойыншыққа жету» (Негізгі қимылдар	1	16. 09. 20
	2. Клем бойымен допты қос қолмен ұстап жүріп өту. Жіптің астынан еңбектеп өту (биіктігі 30-40 см) Қимылды ойын: «Допты қақпаға түсіру.»	1	18. 09. 20

	(Негізгі қимылдар 3. Қарқынды өзгерте жүру және жүруден жүтіруге ауысу. Қимылды ойын: «Сылдырмаққа шығыршық арасылы жет»	1	21.09.20
Жиназдар 4-апта	(Негізгі қимылдар 1.Бағытты өзгерте отырып жүру. Заттардың арасымен шеңбер бойынша жүтіру. Қимылды ойын: «Дөңгелекті ұста.»	1	23.09.20
	(Негізгі қимылдар 2.Жіптің бойымен жүру. Лентамен еденде 10 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Қимылды ойын:«Таяқшадан аттан өт» ойыны:	1	25.09.20
	(Негізгі қимылдар 3. Шеңбер бойымен бағытты өзгерте отырып жүру. Еңіс тактайддың үстімен еңбектеу. Спорттық іс-шара: «Орындығыңа тез жет»	1	28.09.20.
Қазан айы Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»			
Ата – аналар еңбегі 1-апта	(Негізгі қимылдар 1.Шеңбер бойымен бірқалыпты жүру. Белгі бойынша шанырап жүтіру. Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе»	1	2.10.20
	(Негізгі қимылдар 2.Кілем бойымен жүру. Допты есуде тұрсынан мос молдан лақтыру. Қимылды ойын: «Допты қақпаға түсіру»	1	5.10.20
	(Негізгі қимылдар 3. Доғалар астынан еңбектеп өту. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіру. Қимылды ойын: «Маған еңбектеп жет» (тәрбиеші, апай, анасы)	1	7.10.20
Менің көшем 2-апта	(Негізгі қимылдар 1.Кедергілер арасымен жүру. Отырып допты бір-біріне домалату. Қимылды ойын: «Мені қуып жетіңдер» ойыны:	1	9.10.20
	(Негізгі қимылдар) 2. Лентамен еденде 10 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Доғалар астынан еңбектеп өту.	1	12.10.20

	<p>Қимылды ойын: «Допты ұста» (Негізгі қимылдар 3. Жүруден жүгіруге ауысу Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу. Қимылды ойын: «Жалғыз аяқ жолмен» ойыны:</p>	1	14.10.20
<p>Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік 3-апта</p>	<p>(Негізгі қимылдар 1. Бірбағытпен жүре отырып, кедергіден (жіп) аптап өту. Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағанда еңбектеу Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе!» (Негізгі қимылдар 2. Заттардың арасымен шеңбер бойынша жүгіру. Допты қағып алуға дағдыландыру. Қимылды ойын: «Сылдырмаққа дейін еңбектен жету» (Негізгі қимылдар 3. Отырып допты бір-біріне домалату. Белгі бойынша шашырап жүгіру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»»</p>	1	16.10.20
		1	19.10.20
		1	21.10.20
<p>Алтын күз 4-апта</p>	<p>(Негізгі қимылдар 1. Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Қақпа ішінде» (Негізгі қимылдар 2. Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Ақ қоян» (Негізгі қимылдар 3. Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағанда еңбектеу. Допты нысанаға дәлдеп лақтыру. Спорттық іс-шара: «Себетті толтыр</p>	1	23.10.20
		1	26.10.20
		1	28.10.20. 30.10.20
<p>Қараша айы Өтпелі тақырып: «ДЕНІ САУДЫҢ ЖАНЫ САУ»</p>			
<p>Өзім туралы 1-апта</p>	<p>(Негізгі қимылдар 1. Бағытты өзгерте отыра жүру. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. Қимылды ойын: «Мен шыныққан баламын» (Негізгі қимылдар 2. Белгі бойынша тоқтап жүгіру. Допты жоғарыға лақтыру (қағып алмай)</p>	1	2.11.20.
		1	4.11.20

	Қимылды ойын: «Доп шеңберде» (Негізгі қимылдар 3. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Арқанның астымен еңбектеп өту. Қимылды ойын: «Допты қақпаға түсіру»	1	6.11.20
Дұрыс тамақтану. Дәрумендер 2-апта	1(Негізгі қимылдар 1. Шағын топқа бөлініп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Қимылды ойын: «Өз үйінді тап»	1	9.11.20.
	(Негізгі қимылдар 2. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Қимылды ойын: «Мені қуып жетіңдер»	1	11.11.20.
	(Негізгі қимылдар 3. Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Допты қуып жет»	1	13.11.20
Өзіңе және өзгелерге көмектес 3-апта	(Негізгі қимылдар 1.Кегельдер арасымен допты көтерін жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Қимылды ойын: «Таяқшадан аттан өт»	1	16.11.20
	(Негізгі қимылдар 2.Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. Доға астынан допты домалатып өту. Қимылды ойын: «Поезд»	1	18.11.20
	(Негізгі қимылдар 3.30-40 секунд бойынша үзіліссіз жүгіру. Кедергі астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: «Тынықандар мен мысық»	1	20.11.20
Біз, күштіміз ептіміз 4-апта	(Негізгі қимылдар 1. Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Допты қос қолдап лақтыру. Қимылды ойын: «Жалаушаға дейін жет»	1	23.11.20
	(Негізгі қимылдар 2. Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсу. Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе»	1	25.11.20.
	(Негізгі қимылдар 3. Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз»	1	27.11.20.
<b>Желтоқсан айы</b> <b>Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным»</b>			

Жайнай бер, Қазақстаным! 1-апта	(Негізгі қимылдар 1. Ұзындығы 2,5-2м, ені 20 см тақтай бойымен жүру. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. Қимылды ойын: «Бәйге»	1	30.11.20
	(Негізгі қимылдар 2. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы себетке допты дәлдеп лақтыру. Қимылды ойын: Ұстап аламыз.	1	2.12.20
	(Негізгі қимылдар 3. Шығыршықтың (обруч) ішіне қос аяқпен секіру. Кедергілер арасынан жүгіру. Қимылды ойын: «Мен чемпионмын»	1	4.12.20
Туған өлкем. 3-апта	(Негізгі қимылдар 1. Еденде ирелендеп жатқан жіптің үстімен жүру. Сызықтардың, жіптердің арасымен жүгіру. Қимылды ойын: «Нысанаға тигіз»	1	7.12.20
	(Негізгі қимылдар 2. Бағдар бойынша кілемнің бойымен жүріп келіп, бір орында баяу айналу. Қимылды ойын: «Ойыншықты әкел»	1	9.12.20.
	(Негізгі қимылдар 3. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Қимылды ойын: «Кім күшті?»	1	11.12.20.
Астана- Отанымыздың жүрегі 3- апта	(Негізгі қимылдар 1. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Допты себетке лақтыру. Қимылды ойын: «Шеңбердегі доп» қимыл-қозғалыс ойыны.	1	14.12.20
	(Негізгі қимылдар 2. Төрттағандап тақтайдың үстімен жүріп, бірнеше кедергіден (лента, текше) өту. Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе» ойыны	1	21.12.20.
	(Негізгі қимылдар 3. Шеңберден шеңберге аттау. Допты қағып алу. Қимылды ойын: «Допты қуып жет»	1	23.12.20.

Тәуелсіз Қазақстан 4-апта	(Негізгі қимылдар 1. Шеңбер бойымен жүру. . 30-40 секунд бойынша үзіліссіз жүгіру. Жәй қимылды ойын: «Ұшты, ұшты»	1	25.12.20
	(Негізгі қимылдар 2. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Жалаушаға тез жет»	1	28.12.20
	(Негізгі қимылдар 3. Заттардың арасымен шеңбер бойынша жүгіру. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу Спорттық отбасылық сайыс: «Алға, бүлдіршін»	1	30.12.20.
<b>Қаңтар айы</b> <b>Өтпелі тақырып: «ТАБИҒАТ ӘЛЕМІ»</b>			
Айналамыздағы өсімдіктер 1-апта	(Негізгі қимылдар 1. Бір қалыпты жүру. Бір орында тұрып бірқалыпты секіру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен автомобиль» ойыны:	1	4.01.21.
	(Негізгі қимылдар 2. Бір қалыпты жүгіру. Қар түйіршіктерін себетке лақтыру. Қимылды ойын: «Себетке жина»	1	6.01.21.
	(Негізгі қимылдар 3. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеу. Жиектері шектелген тура жолақпен жүру. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1	8.01.21
Жануарлар әлемі 2-апта	(Негізгі қимылдар 1. Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүру. Алаңда шашырап жүгіру. Қимылды ойын: «Автобус»	1	11.01.21
	(Негізгі қимылдар 2. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру. Кедергілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Ақ қоян»	1	13.01.21
	(Негізгі қимылдар 3. Қар түйіршіктерін себетке лақтыру. Еңіс тақтайдың үстімен жүру. Қимылды ойын: «Паравоз»	1	15.01.21
Құстар – біздің досымыз 3-апта	(Негізгі қимылдар 1. Шеңбер бойымен қолдарымен әртүрлі қалыптар жасай жүру.	1	18.01.21

	<p>Доптарды бір-біріне домалату.  <b>Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина»</b>  <b>(Негізгі қимылдар)</b>  2. Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру.  20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту.  <b>Қимылды ойын: «Тышқандар мен мысық» ойыны:</b>  <b>(Негізгі қимылдар)</b>  3. Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)  Бір және екі қолымен допты еденге ұру.  <b>Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе» ойыны:</b></p>	1	20.01.21
	<p><b>(Негізгі қимылдар)</b>  3. Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)  Бір және екі қолымен допты еденге ұру.  <b>Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе» ойыны:</b></p>	1	22.01.21
Ғажайып қыс 4-апта	<p><b>(Негізгі қимылдар)</b>  1.Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде ).  Допты екі қолмен төменнен лақтыру.  <b>Қимылды ойын: «Қар кесегін жинаймыз»</b>  <b>(Негізгі қимылдар)</b>  2. Белгі бойынша пашырап жүгіру.  Арқанның астымен еңбектеу.  <b>Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»</b></p>	1	25.01.21
	<p><b>(Негізгі қимылдар)</b>  2. Белгі бойынша пашырап жүгіру.  Арқанның астымен еңбектеу.  <b>Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»</b></p>	1	27.01.21
	<p><b>(Негізгі қимылдар)</b>  3. Түзу бағытта заттарды аттап өту.  Допты жоғары лақтыру.  <b>Спорттық іс-шара:</b>  «Шынықсаң шымыр боласың!»</p>	1	29.01.21
<b>Ақпан айы</b>			
<b>Өтпелі тақырып: «БІЗДІ ҚОРШАҒАН ӘЛЕМ»</b>			
Ғажайыптар әлемі 1-апта	<p><b>(Негізгі қимылдар)</b>  1.Бөренелерден аттап жүру.  Бір орында тұрып бірқалыпты секіру.  <b>Қимылды ойын: «Шарларды домалату»</b>  <b>(Негізгі қимылдар)</b>  2.Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)  Шеңберден шеңберге аттау.  <b>Қимылды ойын: «Қасқырлар мен лақтар»</b>  <b>(Негізгі қимылдар)</b>  3.Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)  <b>Қимылды ойын: «Мені қуып жет»</b></p>	1	1.02.21
	<p><b>(Негізгі қимылдар)</b>  2.Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)  Шеңберден шеңберге аттау.  <b>Қимылды ойын: «Қасқырлар мен лақтар»</b>  <b>(Негізгі қимылдар)</b>  3.Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)  <b>Қимылды ойын: «Мені қуып жет»</b></p>	1	3.02.21
	<p><b>(Негізгі қимылдар)</b>  3.Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)  <b>Қимылды ойын: «Мені қуып жет»</b></p>	1	5.02.21
Көліктер 2-апта	<b>(Негізгі қимылдар)</b>	1	8.02.21

	1.Шашырап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта ( екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина» (Негізгі қимылдар) 2.Жол бойымен еңбектеу. Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру. Қимылды ойын: «Паровоз» (Негізгі қимылдар) 3.Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналу. Секіртпеден секіру. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1	10.02.
		1	12.02.
Электроника әлемі 3-апта	(Негізгі қимылдар) 1.Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр» ойыны: (Негізгі қимылдар)	1	15.02.21.
	2.Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Өз үйіңді тап» ойыны: (Негізгі қимылдар)	1	17.02.
	3.Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Қимылды ойын: «Жалғыз аяқ жолмен» ойыны:	1	19.02
Мамандықтың бәрі жақсы 4-апта	(Негізгі қимылдар) 1.Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. Доға астынан допты домалатып өту. Қимылды ойын: Кішкене өзен арқылы. (Негізгі қимылдар)	1	22.02
	2.Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Кім баяу» ойыны: (Негізгі қимылдар)	1	24.02
	3.Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсіру. Қимылды ойын:«Пойыз» ойыны	1	26.02
<b>Наурыз айы</b> <b>Өтпелі тақырып: «САЛТТАР МЕН ФОЛЬКЛОР»</b>			
Қазақсатан халықының салаттар мен дәстүрлері 1-апта	(Негізгі қимылдар) 1.Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Арқан тарту»	1	1.03

	(Негізгі қимылдар) 2.Орнынан ұзындыққа секіру (30-35см). Текшелерге шығу, қолын жоғары көтеру және түсу. Қимылды ойын: Ақсерек-көксерек. (Негізгі қимылдар) 3.Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру. Допты 1 м қашықтықтағы қақпаға домалату. Қимылды ойын: «Асықты жина»	1	3.03.
		1	5.03.
Ертегілер Елінде театр әлемі 2-апта	(Негізгі қимылдар) 1.Бір және екі қолмен еденге ұру. Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Қимылды ойын: «Желкөбік» (Негізгі қимылдар) 2.Гимнастикалық таяқшалардан аттап жүру. 30-40 секунд бойына үзіліссіз жүгіру. Қимылды ойын: «Кім баяу» ойыны: (Негізгі қимылдар) 3.Түзу сызық үстімен аяқ ұшымен жүру. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру (10-15см). Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1	10.03
		1	12.03.
		1	15.03
Өнер көзі халықта 3-апта	(Негізгі қимылдар) 1.10 см биіктікке көтеріле өрмелеу. Жолмен жалаушаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Тышқан мен мысық» (Негізгі қимылдар) 2.Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру. Қимылды ойын: Көтермек (Негізгі қимылдар) Таяқшадан қос аяқтап секіру. 3.Доғаның астымен допты домалатып еңбектеу. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1	17.03
		1	19.03.21.
		1	26.03.21.
Нұр төккен, гүл көктем 4-апта	(Негізгі қимылдар) 1.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу. Қимылды ойын: ««Мені қуып жетіндер»» (Негізгі қимылдар) 2.Таяқшалардан қос аяқпен секіру. Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу. Қимылды ойын: «Теңге алу» (Негізгі қимылдар) 3.Бір тізбекпен жүру. Баяу, қарқынды өзгерте отырып жүгіру. Спорттық іс-шара: «Көтеріспек»	1	29.03.
		1	31.03.
		1	2.04.21.

**Сәуір айы Өтпелі тақырып: «БІЗ ЕҢБЕКҚОР БАЛАМЫЗ»**

<p><b>Аялайық гүлдерді</b> <b>1-апта</b></p>	<p>(Негізгі қимылдар) 1.Орнынан ұзындыққа секіру. (35-40см). Текшелерден аттап өту. Қимылды ойын: «Гүлдерді жинайық»</p>	1	5.04.21
	<p>(Негізгі қимылдар) 2.Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру. Нысанаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Ұшты - ұшты»</p>	1	7.04.21.
	<p>(Негізгі қимылдар) 3.Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу. Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе»</p>	1	9.04.21.
<p><b>Ас атасы – нан</b> <b>2-апта</b></p>	<p>(Негізгі қимылдар) 1.Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу. Қимылды ойын: ««Допты қуып жет» ойыны:</p>	1	12.04.21
	<p>(Негізгі қимылдар) 2.Шеңберден шеңберге секіру. Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу. Қимылды ойын: Қоңырау қайдан естіледі?</p>	1	14.04.21.
	<p>(Негізгі қимылдар) 3.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. Қимылды ойын: «Астық жинаймыз»</p>	1	16.04.21.
<p><b>Жәндіктермен қос мекенділер әлемі</b> <b>3-апта</b></p>	<p>(Негізгі қимылдар) 1.Бөренелерден аттап өту. Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалату. Қимылды ойын: «Таяқшадан аттап өт» ойыны:</p>	1	19.04.21
	<p>(Негізгі қимылдар) 2. Белгі бойынша тоқтап,жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту. Қимылды ойын: «Аралар мен аюлар»</p>	1	21.04.21
	<p>(Негізгі қимылдар) 3.Кішкентай допшен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту. Қимылды ойын: «Торғайлар мен автомобиль» ойыны:</p>	1	23.04.21

Еңбек бәрін жеңбек 4-апта	(Негізгі қимылдар) 1. Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру. Допты нысанаға көздеп лақтыру. Қимылды ойын: «Мені қуып жетіндер» ойыны:	1	26.04.21
	(Негізгі қимылдар) 2. Бағытты өзгертіп жүгіру. Доғаның астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»	1	28.04.21
	(Негізгі қимылдар) 3. Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалату. Допты қос қолдап торға лақтыру. Спорттық іс-шара: «Ептілер, күштілер»	1	30.04.21
<b>Мамыр айы</b> <b>Өтпелі тақырып: «ӘРҚАШАН КҮН СӨНБЕСІН!»</b>			
Достық – біздің тірегіміз 1-апта	(Негізгі қимылдар) 1. 30-40 секунд бойы үзіліссіз жүгіру. Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Кім жылдам»	1	3.05.21
	(Негізгі қимылдар) 2. Еңіс тақтай үстімен жүру. Гимнастикалық таяқшалардан аттап жүру. «Сызықты басып кетпе» ойыны	1	5.05.21
	(Негізгі қимылдар) 3. Шеңбер бойында қолдарын әртүрлі қалыптармен қимылдар жасай жүру. Ауданы 50x50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелесу. Қимылды ойын: «Допты қуып жет» ойыны:	1	7.05.21
Отан қорғаушылар 2-апта	(Негізгі қимылдар) 1. Орындық астымен еңбектеп өту. 0,5-1,5метр арақашықтықта отырған қалыпта доптарды бір-біріне домалату. Қимылды ойын: «Сылдырмаққа дейін еңбектеп жету» ойыны	1	10.05.21
	(Негізгі қимылдар) 2. Гимнастикалық орындық үстінде қолдарын жанына жая жүріп өту. Еден үстінде созылып жатқан арқан үстінде бір қырымен жүру. Қимылды ойын: «Ұшақтар»	1	12.05.21
	(Негізгі қимылдар) 3. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру.	1	14.05.21

	Доға астынан еңбектен өту. Қимылды ойын: «Үшты - ұшты»		
Көңілді жаз 3-апта	(Негізгі қимылдар) 1. Құм салынған қапшықты жәшікке лақтыру. Аласа орындық үстінде еңбектеу. Қимылды ойын: «Желкөбік» ойыны:	1	17.05.21.
	(Негізгі қимылдар) 2. Бір және екі қолмен допты еденге ұру. Таспалардан аттап өту. Қимылды ойын: «Допты қуып жет» ойыны:	1	19.05.21.
	(Негізгі қимылдар) 3. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Доптарды бір-біріне домалату. Қимылды ойын: «Ұшақтар» ойыны:	1	21.05.21.
Мен жасай аламын 4-апта	(Негізгі қимылдар) 1. Бір қалыпты жүру. Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру. Қимылды ойын: «Қақпа ішінде» ойыны:	1	24.05.21.
	(Негізгі қимылдар) 2. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп, бір орнында баяу айналу. «Өз үйіңді тап» ойыны:	1	26.05.21.
	(Негізгі қимылдар) 3. Жол бойымен еңбектеу. Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсу. Спорттық іс-шара: «Біз спортшылармыз»	1	28.05.21.