

«Бекітілді»



№4 «Байтерек» бөбекжай-бақшасының

менгерушісі Б.Ж.Хисамиденова

№1 педагогикалық кенесте

31 тамыз 2021 жыл

**«Денсаулық» білім беру бөлімі Дене шынықтыру саласы бойынша 2021-2022 оқу жылына
арналған мектепалды даярлық тобының перспективалық жоспары**

Білім беру саласы: «Денсаулық»
 Болімі: Дене шынықтыру
 Өтпелі тақырып: «Балабақша және отбасы»
 Айы: Кыркүйек

№	ҰОҚ-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1-апта	«Менің балабақшам»	1.Спорт зал	Балаларды сапка тұрғызу, бір тізбекте саппен жүруге, жүтіруге жаттықтыру. Баланың екі адымындай қашықтыққа қойылған текшелер арқылы өте отырып, гимнастикалық орындық үстімен жүріп өту.
		2.Спорт залда ойнаймыз	Гимнастикалық орындық үстінде тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Дөпты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға жаттықтыру.
		3.Денсаулықтың құпиялары	Белгіленген орынға бйіктіктен секіруді; гимнастикалық орындық үстінде қырымен аяқты аяқтың жанына қоя жүруді; жүтіріп келіп бйіктікке секіруді үйрету. Екі аяқтап секіру. Дөп лақтыру және оны қағып алу жаттығулары.
2-апта	«Менің отбасым»	4.Күлкі сыйла	Заттар арасынан екі аяқпен секіріп жүруді, шығыршықты тігінен ұстап тұрып, оның ішінен сәл еңкейіп өтуді үйрету.
		5.Біз күшті ержүрекіміз	Дөппен ойын – жаттығуларын мұқият орындау. Дөпты бір біріне лақтыру. Орындық үстімен еңбектеу және тепе – теңдікті сақтау жаттығулары.
3-апта	«Өзім туралы білігім келеді»	6.Мен ойнағанды жақсы көремін	Секіру және дөппен жасалатын ойын – жаттығуларын орындау.Дөптарды шапшандықпен өз түстеріне ораластыру. Қос аяқтап секіруді бекіту. Шапшандыққа тәрбиелеу.
		7.Керуен	Азия халықтарының ойындарымен таныстыру. Бір аяқпен әртүрлі бағытта секіру түрлерін орындау.Достыққа тәрбиелеу.
		8.Бадминтон футбол	Катарға тұруға жаттықтыру, 2-3 тізбекті сапта шашырап жүтіріп, содан соң тізбектегі орнын табуды; дөпты жоғары лақтырып, оны екі қолмен қағып алуға үйрету.
		9.Күзгі орманда	Заттар арасынан екі аяқпен секіріп жүруді, шығыршықты тігінен ұстап тұрып, оның ішінен сәл еңкейіп өтуді үйрету.
4-апта	«Табиғат бұрышы»	10.Ұлттық ойындар (таза ауада)	Дөпты бір біріне лақтыру. Орындық үстімен еңбектеу және тепе – теңдікті сақтау жаттығулары.

Білім беру саласы: «Денсаулық»
 Бөлімі: Дене шынықтыру
 Өтпелі тақырып: «Жомарт күз»
 Айы: Қазан

№	ҰОК-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1 апта	«Алтын күз-күз сыйы»	11.Қалай спортшы болуға болады?	Допты асыра лақтыру, кедергілерден енбектеп өту жаттығулары
		12.Менің сүйікті жанұяларым	Біресе аяқтың ұшымен, өкшемен алма-кезек секіруге, жетекшінің белгісі бойынша бұрылуға, жүруге жаттықтыру.
		13.Дене қабілетін дамыту	Денені дұрыс ұстау дағдыларын бекіту. Допты оң, сол қолымен жерге соғуға жаттықтыру
2 апта	«Ас атасы –нан»	14.Доппен ойнап көңіл көтеру!	Допты асыра лақтыру, кедергілерден енбектеп өту жаттығулары Кедергілер арасымен енбектеп өту жүрісімен жүруге, бір-бірінің артынан енбектеп жүруге, шеңбер бойында қол ұстасып, шашырап және тоқтамай жүтіруге жаттықтыру. Биіктігі 20 см кедергілерден секіріп өту
		15.Біз әртүрліміз	
		16.Зейінді баламыз	Денені дұрыс ұстай білу дағдысын қалыптастыру. Түрлі тапсырмаларды орындау арқылы жүру және жүтіру жаттығуларын қайталау. Доппен жаттығулар жасау
3 апта	«Орманда не өседі?»	17.Бірінші бол!	Бір сызық бойына қойылған заттар арасында оң және сол аяқпен секіру. Сапқа тұрып, допты екі қолмен бастан асыра бір – біріне лақтыру
		18.Командалық эстафеталар	Гимнастикалық орындық үстінде тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға жаттықтыру. Доппен жасалатын тепе – теңдік сақтау және секіру жаттығулары
		19.Ерекше сабақтар	Гимнастикалық орындық үстінде қолды нық пен белге, желке мен басына қойып, жан-жаққа созып, тепе-теңдік сақтап жүруді; кеглилердің арасымен допты басыммен итере алға енбектеуді үйрету.
4 апта	«Ағаштармен бұталар»	20.Акробат болғым келеді	Заттар арасымен аттап өту жаттығуларын қайталау. Гимнастикалық орындықтың астымен өтуді үйрету.

Білім беру саласы: «Денсаулық»
 Бөлімі: Дене шынықтыру
 Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»
 Айы: Қараша

№	ҮОК-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1-апта	«Құстар біздің досымыз»	21. Ақылдылар	Допты алып жүру (қашықтық 5 м) жаттығуымен таныстыру. Құрсаудың жоғарғы жиегіне жанаспай, қолдағы доппен құрсау ішіне кіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстінде аяқтың ұшымен жүріп өту жаттығуын жасауға бейімдеу. Кішкене допты бір және екі қолымен алысқа лақтыруды, көлбеу қойылған тақтай үстімен қолды жан-жаққа соза тұра жүруді үйрету.
		22. Бізбен бірге және бізден арттық орында	Бағаларға үздіксіз баяу жүгіру, сапта тұрып, допты асыра лақтыру жаттығулары дұрыс жасауды үйрету. Секіру және жүгіру жаттығулары қайталану.
		23. Біз-болашақ әскерміз!	Заттар арасында кезектестіріп, он және сол аяқпен секіру жаттығуларын жасай алуға жаттықтыру. Қапшықты төбеге қойып, гимнастикалық орындық үстімен жүріп өтуге тәрбиелеу.
2-апта	«Үй жанаулары. Осу жолдары тіршілік мекені, пайдасы мен күтімі»	24. Біздің стадион	Кедергілер арқылы жүгіруге жаттықтыру. Доппен жасалатын секіру, жүгіру жаттығулары дұрыс жасай алуға дағдыландыру. Еңкіш тақтай үстінде жүруге жаттықтыра тәрбиелеу. Кілем үстінен секіріп өту. Тізерлеп тұрып, допты екі қолмен бастан асыра бір – біріне лақтыру жаттығуларын жасай алуға жаттықтыру.
		25. Менің отбасым	Бағаларға жүгіру және секіру жаттығулары алмастыра орындай алуға жаттықтыру. Кар кесетін алысқа лақтыру жаттығулары.
		26. Менің үйім	Бағаларға ілгері жылжи отырып, аяқтан – аяққа секіруге жаттықтыру. Алақанды соққан соң қағып алған допты екі қолмен жоғары лақтыра алуға тәрбиелеу. Ағаш қадалар арағынан еңбектеп өту жаттығуларын дұрыс орындай алуға жаттықтыру.
3- апта	«Жабайы жануарлар әлемі» Жануарлар қысқа қалай дайындалды?»	27. Күшті, батыл және үлкен боламын!	Қардан тұрғызылған құрылыстар арасынан қатармен жүру, жүгіру жаттығуларын жасауға жаттықтыру. Затқа дейін екі аяқтап секіру, қар кесетін нысанға дәл лақтыра алуға тәрбиелеу.
		28. Командалық қимылдарды орындау.	Сапқа тұрып, төмен ұстаған екі қолмен допты бір – біріне лақтыру жаттығуын жасай алуға жаттықтыру. Қапшықты арқаға қойып, еңбектеп өту. Қапшықты төбеге қойып, гимнастикалық орындық үстімен жүріп өтуге тәрбиелеу. Шаңғымен жүру кезінде ырғақтылықты дамыту. Екі аяқпен жасалатын жаттығулар. Жүгіру және қар кесетін нысанға лақтыру ойын – жаттығулары жасай алуға тәрбиелеу.
		29. Мерген болғым келеді	
4-апта	«Су асты әлемі»	30. Әкем, анам және мен!	

Білім беру саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: Дене шынықтыру

Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным»

Айы: Желтоқсан

№	ҰОК-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1-апта	«Нұрсұлтан Отанымыздың жүрегі»	31.Отбасымызбен бірге жаттығамыз	Гимнастикалық қабырғаның басына дейін әртүрлі әдіспен өрмелеп шығу жаттығуларымен таныстыру.
		32.Отбасылық альбом	Допты алып жүру (қашықтық 5 м)жаттығуымен таныстыру. Күрсаудың жоғарғы жиегіне жанаспай, қолдағы доппен күрсау ішіне кіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстіңде аяқтың ұшымен жүріп өту жаттығуын жасауға бейімдеу. Кішкене допты бір және екі қолымен алысқа лақтыруды, көлбеу қойылған тақтай үстімен қолды жан-жаққа соза тура жүруді үйрету. Текшелерді аттап өтіп, гимнастикалық орындық үстімен жүруге жаттықтыру.
2- апта	«Менің туған өлкем»	33.Хоккей ойнап үйренеміз?	Қапшықты тізелердің арасынан қысып алып, екі аяқтап секіруге тәрбиелеу.
		34.Тату -тәтті баламыз?	Балаларға шаңғымен сырғу арқылы жылжу жаттығуларымен таныстыру.
		35.Менің көңілді добым	Шайбамен және доп тағымен жасалатын ойын – жаттығуларды орындату.Мұз жолдармен сырғанап алғуға тәрбиелеу.
3- апта	«Тәуелсіз Қазақстан»	36. Аулада ойнайтын ойындар	Қатарға тұруға жаттықтыру, 2-3 тізбекті сапта шашырап жүтіріп, содан соң тізбектегі орнын табуды; допты жоғары лақтырып, оны екі қолмен қағып алғуға үйрету.
		37. Асықпен ойналатын ойындар	Денені дұрыс ұстай білу дағдысын қалыптастыру. Түрлі тапсырмаларды орындау арқылы жүру және жүтіру жаттығуларын қайталау. Балаларға асықпен ойнайтын ойындарды дұрыс ойнай білуге тәрбиелеу.
		38. Хоккей ойнаймыз	Балаларды тоқтамай жүтіруге, коньки, шаңғы тебушінің қимылын келтіріп, кен адымдап сырғанап жүруге жаттықтыру.
		39. Керуен	Ойын элементтерін дұрыс жасай білуге жаттықтыру Жалпы дамыту жаттығуларын орындау барысында тұлғаның дұрыс дамуын қалыптастыру. Нысананы көздеп доп тигізуге үйрету.
4- апта	«Қош келдің Жана жыл!»	40. Наурызым қорығы	Доппен ойнау жаттығулары. Жүтіру және секіру жаттығулары. Үлкен адыммен «алақан» бейнеленген суреттерді басып еңбектеуге, «аяқтың ізі» бейнеленген суреттерді басып ұзындыққа секіруді үйрету.

Білім беру саласы: «Денсаулык»

Бөлүмү: Дене шыныктыру

Өтпелі такырып: «Кыс кызыгы»

Айы: Кантар

№	ҮОК-нүн өтпелі такырыбы	Такырыбы	Максаты
1-апта	«Ажарлы кыс»	41.Ержүрөк кумырсакалар	Балаларды токтомай жүтүргө, кумырсакалардын кимылын кайталай билүүгө тарбиелеу.Кимылын келтирип, кен алымдап шапшандыкпен жүрүгө жаттыктыруу.
		42.Мультфильмдер элөмү	Карама-карсы отырыш, ныгыздалган макта допты бiрбiрiне аягымен домалатууды, колды жоғары, желкеде, белде ұстап, жан-жакка созууды, жiп астынан енкейiп тура және бiр бүйiрмен өтүдi үйрөтү.
		43. Шангымен жүрү	Көлбөу койылган тактай үстiмен тепе-тендiк сактап, бiр бүйiрмен жүрүдi, аякты-аяктын алдына койыш жүрүдi; допты еденге согыш алып жүрүдi үйрөтү.
2-апта	«Алакай! - кыс келдi»	44.Бiздiн айналамыздагы элөм	Кiшкене допты бiр және екi колымен алыска лактыруды, көлбөу койылган тактай үстiмен колды жан-жакка соза тура жүрүдi үйрөтү.
		45.Африкаға саяхат	Гимнастикалык орындык үстiнде бiр бүйiрмен жүрүдi; бiр бүйiрмен аякты аякка тигiзiп жүрүдi, гимнастикалык кабырғадa өрмөлөудi үйрөтү.
3-апта	«Андардын кыскаы тiршiлiгi»	46.Күрлыктар бойынша саяхат	Балаларды токтомай жүтiргө, коньки, шангы тебушiнiн кимылын келтирiп, кен алымдап сырғанап жүрүгө жаттыктыруу. Допты алып жүрү (кашыктык 5 м)жаттыгуымен таныстыруу. Күрсаудын жоғаргы жиегiне жанаспай, колдагы доппен күрсау iшiне кирүгө жаттыктыруу
		47.Байкончыр	Енкiш тактай үстiмен тепе-тендiк сактап жүрүгө, заттардын үстiмен екi аяктап секiрүгө, секiртпемен еркiн секiрүгө үйрөтү.
		48.Шангымен жүрү	Шангы жолымен сырғу аркылы жүрү жаттыгуларын жасауга дагдыландыруу. Таудан түсү және оған көтерiлү үлгiсi бойынша жаттыгулар жасау.. Шайбаны бiр – бiрiне лактыру және мұз жолымен сырғу жаттыгулары
		49.Жыл мезгiлдерiне саяхат	Бiр орында тұрып ұзындыкка (60 см) секiру жаттыгуларын жасау. Үлкен адыммен «алакан» бейнеленген суреттердi басып енбектеугө, «аяктын iзi» ұзындыкка секiрудi үйрөтү.
4-апта	«Ғажайып элөмi»	50.Жiгiттер сайысы	Балаларга дене кимыл жаттыгулары аркылы жаттыгуларды дұрыс жасауга дагдыландыруу. Жүгiру және секiру ойын – жаттыгуларын дамыту.

Білім беру саласы: «Денсаулық»
 Бөлімі: Дене шынықтыру
 Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»
 Айы: Ақпан

№	УОҚ-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1 апта	«Байланыс құралдары»	51. Ұлы есімдер	Балаларға қашықтық иық тұсынан лақтыру жаттығуларымен таныстыру. Бір қатарға қойылған ағаштардың арасымен аяқтың ұшымен, өкшемен алма-кезек секіруге, жетекшінің белгісі бойынша бұрылуға, жүруге жаттықтыру. Еліміздегі атакты спортшылардың еңбегін құрметті білуге тәрбиелеу.
		52. Желаяқтар	Жетекшінің белгісі бойынша жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыруға, алға жүріп келе жатып бір-біріне доп лақтыруға жаттықтыру.
		53. Батырлар	Қолды төбеге қойып гимнастикалық орындық үстінен жүруді, жоғары ілуді тұрған шарға, затқа секіріп қол жеткізуді, биіктікте жүруді үйрету.
2 апта	«Көліктер. Жолда жүру ережелерін сақтау»	54. Мерген	Шапшаңдықпен жүруге, секіруге заттарға денесін тигізбей еңбектеуге жаттықтыру. Жүгіріп келіп биіктікке секіруді үйрету.
		55. Аншылар	Еденде созылып жатқан арқан үстімен жүруге, көлбеу қойылған тақтай үстімен жүріп келіп, келесі тақтайға ауысуға жаттықтыру.
		56. Қыстаудағы ойындар	Гимнастикалық орындық үстінде қолды жоғары көтеріп, шайбаны хоккей таяғымен кішкентай қақпадан өткізуді үйрету.
3 апта	«Спорт денсаулық кепілі»	57. Желді қуып жет	Екі аяқпен алға секіріп жүруді; Екі аяқпен теп-теңдікті сақтап секіруді үйрету.
		58. Жайлаудағы ойындар	Қабырғаға допты соғып, одан ыршыған допты жерге түсірмей қағып алуды, заттар арасымен үздіксіз жүруді. Доппен жасалатын жаттығуларды үйрету.
		59. Арқанмен ойнау	Арқанмен жасалатын дене қимылдарын жасай білуге дағдыландыру. Белгілі бір белгіге көтерілген арқанның астынан кте білуге тәрбиелеу.
4 апта	«Дұрыс тамақтану. Дәрумендер»	59. Арқанмен ойнау шынықтырады. 60. Өз бестімізбен жатығамыз	Балаларды қашықтыққа жүріспен кезектестіре отырып жүгіру жаттығуларымен таныстыру.

Білім беру саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: Дене шынықтыру

Өтпелі тақырып: «Салттар мен фольклор»

Айы: Наурыз

№	ҰОҚ-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Максаты
1-апта	«Көктем келді»	61.Жан-жағына жылғулық сыйла!	Сақинаны нысанаға дәл тигізіп лақтыруды; орындық, доға астынан еңбектеп өтуді; гимнастикалық орындықта отырып, башпайларды бүтіп-жазып, жаттығу орындауды үйрету.
		62.Мұздағы ойын	Денені тұзу ұстап, тізені жоғары көтере еркін жүруге, жүтіруге, тізе мен санды жоғары көтеріп, ырғақпен жүруге; зал ішінде бір-біріне доп лақтырып жүтіруге жаттықтыру.
		63.Спорт түрлері	Қабырғаға допты соғып, одан ыршыған допты жерге түсірмей қағып алуды, заттар арасымен еңбектеуді, гимнастикалық орындықтың астымен өтуді үйрету.
2 -апта	«Көктем гүлдері»	64.Жаттығу жеңіс кепілі	Жүру мен жүтіруді алмастыра отырып, эстафеталық жарыс ұйымдастыру.
		65.Стадион	Бағаларға бір орында тұрып секіру жаттығуларымен таныстыру. Қауіпсіз ережелерді сақтай білуге тәрбиелеу.
3- апта	«Қош келдің –Наурыз»	66.Бір,екі,үш,бағалар алды күш!	Үздіксіз жүру,секіру жаттығуларымен таныстыра отырып,дене кимылдарын дұрыс жасауға бейімдеу.
		67.Қ.Республикасы халықтарының ойындары	Гимнастикалық орындық үстінен аяқтың ұшымен жүріп өту жаттығуларын дұрыс жасай алуға тәрбиелеу.Он және сол қолымен нысанаға дәл лақтыруға жаттықтыру. Ұлттық ойындарға деген қызығушылықтарын арттыру.
		68.Вolleyболшының жаттығуы	Жер бауырлап еңбектеуге, жетекшінің белгісі бойынша жүруді жүтірумен, жүтіруді жүрумен алмастыруға, алға жүріп келе жатып бір-біріне доп лақтыруға жаттықтыру.
4- апта	«Құстар ауласында»	69.Ойна,ойна доптан айырлылып қалма	Гимнастикалық қабырғаның басына дейін бір әдіспен өрмелеу, одан келесі арқалыққа өтіп, төмен түсу жаттығуларын дұрыс жасай алуға бейімдеу. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға жаттықтыру.
		70.Футбол ойнаймыз	Доппен жасалатын кимылдарды дұрыс жасай білуге жаттықтыру.Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға жаттықтыру. Жаттығу денсаулыққа пайдалы екенін түсіндіру.

Білім беру саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: Дене шынықтыру

Өтпелі тақырып: «Біз еңбеккер баламыз»

Айы: Сәуір

№	ҰОК-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1-апта	«Мамандықтың бәрі жақсы»	71. Волейбол алаңында жаттығу	Еңкіш тақтай үстімен жүру. Ілгері жылжи отырып, аяқтан – аяққа секіру (қашықтық 4 м) жаттығуларын орындату.
		72. Менің достарымның ойыны	Балаларға тізені жоғары көтеріп жүгіру, 1,5 минутқа дейін үздіксіз жүгіру жаттығуларын жасай алуға жаттықтыру. Ойындағы қауіпсіздік ережелерді сақтай білуге тәрбиелеу.
		73. Қазақ халқының ұлттық ойындары	Шығыршық арқалы жұптасып өтуді, еденге қатарынан төселген бірнеше тақтайшалар үстінен секіруді; еденге қолды тигізбей доға астынан тұра, бір бүйірмен өтуді үйрету. Ұлттық ойындарды қызығушылықпен ойнай білуге тәрбиелеу.
2- апта	«Адам және ғарыш»	74. Ойын ойнап өсеміз	Допты қабырғаға соғып, қол шапалақтап, ыршыған допты қағып алуды; түзу сызық бойынша оң аяқпен секіруді; айналып тұрған секіртпе астынан жүгіріп өтуді үйрету.
		75. Аншығлар	Тік нысынаға зағтарды лақтырып, тұра ортасына тигізе білуге жаттықтыру. Тепе-теңдікті сақтай білуге тәрбиелеу.
3 -апта	«Табиғатты аялайық»	76. Футбол ойнап шыңыға түс	Доппен жаслатын қимылдарды дұрыс жасай білуге жаттықтыру. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға жаттықтыру. Жаттығу денсаулыққа пайдалы екенін түсіндіру.
		77. Өрмелеп үйренеміз	Гимнастикалық қабырғаға өрмелей білу жаттығуларын жалғастыру. Баумен жүру ережелерін тиянақты орындай білуге тәрбиелеу.
		78. Көшбасшы бол	Себетке доп лақтыру жаттығуларын жасай білу. Сызықтан-сызыққа секіру жаттығуларын дамыту. Жүру, жүгіру жаттығуларын дұрыс орындай білуді нақтылау.
		79. Тату бола білеміз!	Жаттығуларды ұжымдықпен жасай білуге тәрбиелеу. Ойындардың ережелерін сақтай отырып, ойнай білуге жаттықтыру.
4 -апта	«Аялайық гүлдерді»	80. Біз оқушы баламыз!	Жаттығуларды ұжымдықпен жасай білуге тәрбиелеу. Ойындардың ережелерін сақтай отырып, ойнай білуге жаттықтыру.

Білім беру саласы: «Денсаулық»
 Бөлімі: Дене шынықтыру
 Өтпелі тақырып: «Біз еңбеккер баламыз»
 Айы: Сәуір

№	ҰОК-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1-апта	«Мамандықтың бәрі жақсы»	71. Волейбол алаңында жаттығу	Еңкіш тақтай үстімен жүру. Ілгері жылжи отырып, аяқтан – аяққа секіру (қашықтық 4 м) жаттығуларын орындату.
		72. Менің достарымның ойыны	Балаларға тізені жоғары көтеріп жүгіру, 1,5 минутқа дейін үздіксіз жүгіру жаттығуларын жасай алуда жаттықтыру. Ойындағы қауіпсіздік ережелерді сақтай білуге тәрбиелеу.
		73. Қазақ халқының ұлттық ойындары	Шығыршық арқылы жұптасып өтуді, еденге қатарынан төселген бірнеше тақтайшалар үстінен секіруді; еденге қолды тигізбей доға астынан тура, бір бүйірмен өтуді үйрету. Ұлттық ойындарды қызығушылықпен ойнай білуге тәрбиелеу.
2- апта	«Адам және ғарыш»	74. Ойын ойнап өсеміз	Допты қабырғаға соғып, қол шапалақтап, ыршыған допты қағып алуды; түзу сызық бойынша оң аяқпен секіруді; айналып тұрған секіртпе астынан жүгіріп өтуді үйрету.
		75. Аншығар	Тік нысынаға заттарды лақтырып, тура орғасына тигізе білуге жаттықтыру. Тепе-теңдікті сақтай білуге тәрбиелеу.
3 -апта	«Табиғатты аялайық»	76. Футбол ойнап шыңыға түс	Доппен жаслатын қимылдарды дұрыс жасай білуге жаттықтыру. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуда жаттықтыру. Жаттығу денсаулыққа пайдалы екенін түсіндіру.
		77. Өрмелеп үйренеміз	Гимнастикалық қабырғаға өрмелей білу жаттығуларын жалғастыру. Баумен жүру ережелерін тиынақты орындай білуге тәрбиелеу.
		78. Көшбасшы бол	Себетке доп лақтыру жаттығуларын жасай білу. Сызықтан-сызыққа секіру жаттығуларын дамыту. Жүру, жүгіру жаттығуларын дұрыс орындай білуді нақтылау.
4 -апта	«Аялайық гүлдерді»	79. Тату бола білеміз!	Жаттығуларды ұжымдықпен жасай білуге тәрбиелеу. Ойындардың ережелерін сақтай отырып, ойнай білуге жаттықтыру.
		80. Біз оқушы баламыз!	Жаттығуларды ұжымдықпен жасай білуге тәрбиелеу. Ойындардың ережелерін сақтай отырып, ойнай білуге жаттықтыру.

Білім беру саласы: «Денсаулық»
 Бөлімі: Дене шынықтыру
 Өтпелі тақырып: «Әрқашан күн сөнбесін»
 Айы: Мамыр

№	ҰОҚ-нің өтпелі тақырыбы	Тақырыбы	Мақсаты
1-апта	«Достық біздің тірегіміз»	81. Баскетболшылар	Аяқ пен қолдың қимылын үйлестіре отырып өрмелеуге, гимнастикалық қабырғаға өтіп, жерге түсуге үйрету. Кол саусақтарын еркін қимылдатып допты еденге ұру қабілетін нығайту.
		82. Тезірек, биігірек, үштірек	Спорттық жаттығу элементтері арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту. Дұрыс бастапқы қалыпты сақтай отырып, артүрлі етіп орналастырылған кегельдерге допты лақтыру.
		83. Достасайық бәріміз	Аяқтың ұшымен жүру және допты жоғары көтере тастау дағдыларын бекіту. Жұптасып жүрген кезде үйлесімді қимылдау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Аумағы шектелген аймақта қысқа-қысқа адымдар жасап аяқтың ұшымен жүру, денені тік ұстау қабілетін нығайту
2-апта	«Отан қорғаушылар күні»	84. Достармен ойнаймыз	Қолды екпінді түрде жаза отырып, текшелерді алға-жоғары-алысқа дәлдеп лақтыруға үйрету. Қолдарын түрлі қалыпта ұстап, толтырмалы шарлардан аттап өту арқылы жүруге жаттықтыру, үйлесімділік қабілеттерін, динамикалық тепе-теңдікті дамыту. Мейірімділікке тәрбиелеу.
		85. Ойнаймыз – денсаулықты нығайтамыз	
3- апта	«Шөпте не жорғалайды?»	86. Көтеріңкі көңіл күй	Алға қарай қосалқы адым жасау және ырғақпен жеңіл секіруге үйретуді жалғастырамыз. Тактайдың екі жағынан жүріп, ажырау, тұрақты тепе-теңдік сақтау қабілетін дамытуды жалғастырамыз. Фитболды домалату және оны қолдың күшімен итеріп жаттығу.
		87. Деніміз сау болсын.	Биікте жүрген кезде тепе-теңдік сақтауды, орындықтың екі шетінен бастап жүріп, орта тұсына келгенде ажырауды үйрету. Көлбеу тактайдың шетінен ұстау қабілетін нығайту.
		88. Біз күштіміз әрі ептіміз	Мұрын арқылы дем алу, аяқты шектен тыс жоғары көтермей жеңіл әрі ырғақпен жүтіру, жүтіру қарқынын өзгертпей, қолды шынайы қимылдату қабілетін қалыптастыруды жалғастыру.
		89. Самокат тебеміз	Самокатпен сырғанау кезінде бұрыла білу, тепеңдікті сақтауға үйрету. Аяқты кезекпен қойып, кермелерді қалдырмай гимнастикалық қабырғамен жоғары өрмелеу, түскен кезде соңғы кермеге дейін жету және жерге жеңіл түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Допты еденге қос қолдап ұру қабілетін жетілдіру, допты бүгілген саусақтармен ұрмауға үйрету.
4-апта	«Көңілді жаз»	90. Демалыс сайбағында	